MOHAN PUBLICATIONS
Granthanidhi.blogspot.in
ఆధ్యాత్మిక, జ్యోతిష, వాస్తు, ఆరోగ్యాది అనేక విషయాలు తెలుసుకోండి... ఫేస్‌బుక్
FB@mohanpublications
మోహన్ పబ్లికేషన్స్
కోటగుమ్మం, అజంతా హోటల్ ఎదుట, రాజమహేంద్రవరం - 533 101.
Mohanpublications.com
SUNDAY SPECIAL MAGAZINES
గ్రంథనిధి

30 జూలై 2017

sunday

ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి

CARNIVAL DREAM

క్రూజ్‌తో... ఫ్రెండ్‌షిప్

www.homeocare.in



'పుదుచ్చేరి'లో 'హోమియోకేర్' వారి 43వ క్లినిక్‌ను ఘనంగా ప్రారంభించిన పుదుచ్చేరి రాష్ట్ర గౌ॥ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ వి. నారాయణస్వామి గారు, ఈ వేడుకలో పాల్గొన్న ఆ రాష్ట్ర ఆరోగ్యశాఖామంత్రి శ్రీ మల్లాది కృష్ణారావు గారు మరియు హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్ CMD డా॥ శ్రీకాంత్ మోర్లావర్ గారు.



హోమియోకేర్® ఇంటర్‌నేషనల్
వరల్డ్-క్లాస్ హోమియోపతి

మా స్పెషాలిటీ చికిత్సలు
మధుమేహం • థైరాయిడ్ • సంతానలేమి • ఆస్తమా - అలర్జీ • డిస్క్ సమస్యలు
కీళ్ళ నొప్పులు • కిడ్నీ స్టోన్స్ • పైల్స్

కర్ణాటకలోని శివమొగ్గ (షిమోగా) మరియు HSR లే అవుట్, బెంగళూరులో త్వరలో ప్రారంభం

టోల్ ఫ్రీ 1800 108 1212
కన్సల్టేషన్ ఉచితం 955 000 1199

హైదరాబాద్ (అబిడ్స్, బేగంపేట్, దిల్‌సుఖ్‌నగర్, జూబ్లీ హిల్స్, కూకట్‌పల్లి, మాసబ్ ట్యాంక్, మియాపూర్), హనుమకొండ, కరీంనగర్, నిజామాబాద్, విజయవాడ, విశాఖపట్నం, తిరుపతి, రాజమండ్రి, గుంటూరు, ఒంగోలు, నెల్లూరు. కర్ణాటక | తమిళనాడు | పుదుచ్చేరి

ఫిల్మ్ నగర్

గోవా బ్యూటీ 'హవా హవా'!

గోవా బ్యూటీ ఇలియానా తెలుగులో కనిపించక ఐదేళ్లవుతోంది. రవితేజ సరసన 'దేవుడు చేసిన మనుషులు' తర్వాత అదే యేడాది బాలీవుడ్‌లో 'బర్ఫీ' హిట్టవ్వడంతో అక్కడే మకాం వేసింది. అప్పటి నుంచి ఇప్పటిదాకా బాలీవుడ్‌లో అరడజను సినిమాల్లో నటించింది. అయితే దాదాపు అన్ని హిందీ సినిమాల్లో కూడా మరో హీరోయిన్‌తో స్క్రీన్ షేర్ చేసుకోవడం ఇలియానాకు అలవాటుగా మారింది. తాజా చిత్రం 'ముబారకా' (ఇందులో 'హవా హవా' పాటను ఆన్‌లైన్‌లో 2 కోట్ల 50 లక్షలమందికి పైగా చూశారు)తో పాటు, రాబోయే 'బాద్‌షాహో'లో కూడా ఇదే సీన్ రిపీట్ అవుతోంది. 'త్వరలోనే టాలీవుడ్‌కు వచ్చేస్తా' అని ఊరిస్తూ ఇలియానా చెబుతున్న కొన్ని విశేషాలు...

టచ్‌లోనే ఉన్నా...

హైదరాబాద్‌ను, టాలీవుడ్‌ను బాగా మిస్సవుతున్నా. 'బర్ఫీ' సూపర్‌హిట్ కావడంతో ముంబయిలోనే ఉండాల్సి వచ్చింది. దాంతో నేనిక తెలుగులో నటించనని అంతా అనుకుంటున్నారు. అయితే ఇప్పటికీ పూరీ (జగన్నాథ్), రానా, ప్రగతిలతోపాటు మరికొందరితో టచ్‌లోనే ఉంటున్నా. హైదరాబాద్ రాగానే మొదటగా ఆర్డర్ ఇచ్చేది బిర్యానీయే. వీలైనంత త్వరగా వెనక్కి రావాలనుకుంటున్నా.



టీవీతో కాలక్షేపం

షూటింగ్‌లో ఉంటే కాలు కదపకుండానే పనులు చేసి పెట్టేవారుంటారు. షూటింగ్ లేనప్పుడు నేనే అన్ని పనులూ చేసుకుంటా. సినిమావాళ్లకు అందుబాటులో లేకుండా కుకింగ్, క్లీనింగ్ వంటి పనులు చేసుకుంటా. టీవీ చూస్తూ కాలక్షేపం చేయడమంటే ఎంతో ఇష్టం.

ఆ ముగ్గురూ సెక్సీస్టార్స్

దుస్తుల విషయంలో నేను చాలా జాగ్రత్తగా ఉంటాను. గ్లామర్‌గా, సెక్సీగా కనబడటం వరకు ఓకే కానీ, అతిగా ఎక్స్‌పోజింగ్ చేసే దుస్తులకు నేను దూరం. నా దృష్టిలో కాజోల్, దీపికా పదుకొనే, కత్రినాకైఫ్‌లు గొప్ప అందగత్తెలు, సెక్సీస్టార్స్. అలియాభట్ చాలా కాన్ఫిడెంట్‌గా కనిపిస్తుంది. ఆమెలో ఒక తెలియని స్పార్క్ ఉంది.

పని కావాలి...

నా వ్యక్తిగత జీవితం గురించి అందరితో మాట్లాడటం ఇష్టం ఉండదు (కొన్నాళ్లక్రితం ఆస్ట్రేలియా ఫోటోగ్రాఫర్ ఆండ్రూతో డేటింగ్ చేసింది). ఎవరి ఊహలు వారికి ఉండనివ్వండి. వాటితో నాకేం సంబంధం లేదు. ప్రస్తుతం మంచి అవకాశాల కోసం ఎదురుచూస్తున్నా. నాకు తెలిసిందల్లా పని.. పని.. పని... దట్సాల్!

నర్గీస్... ఓకే

అదేంటోగానీ బాలీవుడ్‌లో ఇద్దరు హీరోయిన్ల సినిమాలే వస్తున్నాయి. ఒక సినిమాలో నటిస్తున్న ఇద్దరు హీరోయిన్లు ఫ్రెండ్స్‌గా ఉండటమనేది మొదట్లో కష్టమే. ఎదుటివారి తీరు నచ్చనప్పుడు పెదాలపై కృత్రిమంగా తెచ్చిపెట్టుకున్న నవ్వొకటి విసిరి, గ్రీట్ చేయాల్సి వస్తుంది. అయితే నాతో నర్గీస్ ఫక్రీ ('మై తేరా హీరో'లో వీళ్లిద్దరూ కలిసి నటించారు) బాగుంటుంది.





INSIDE



క్రూజ్‌తో... ఫ్రెండ్‌షిప్

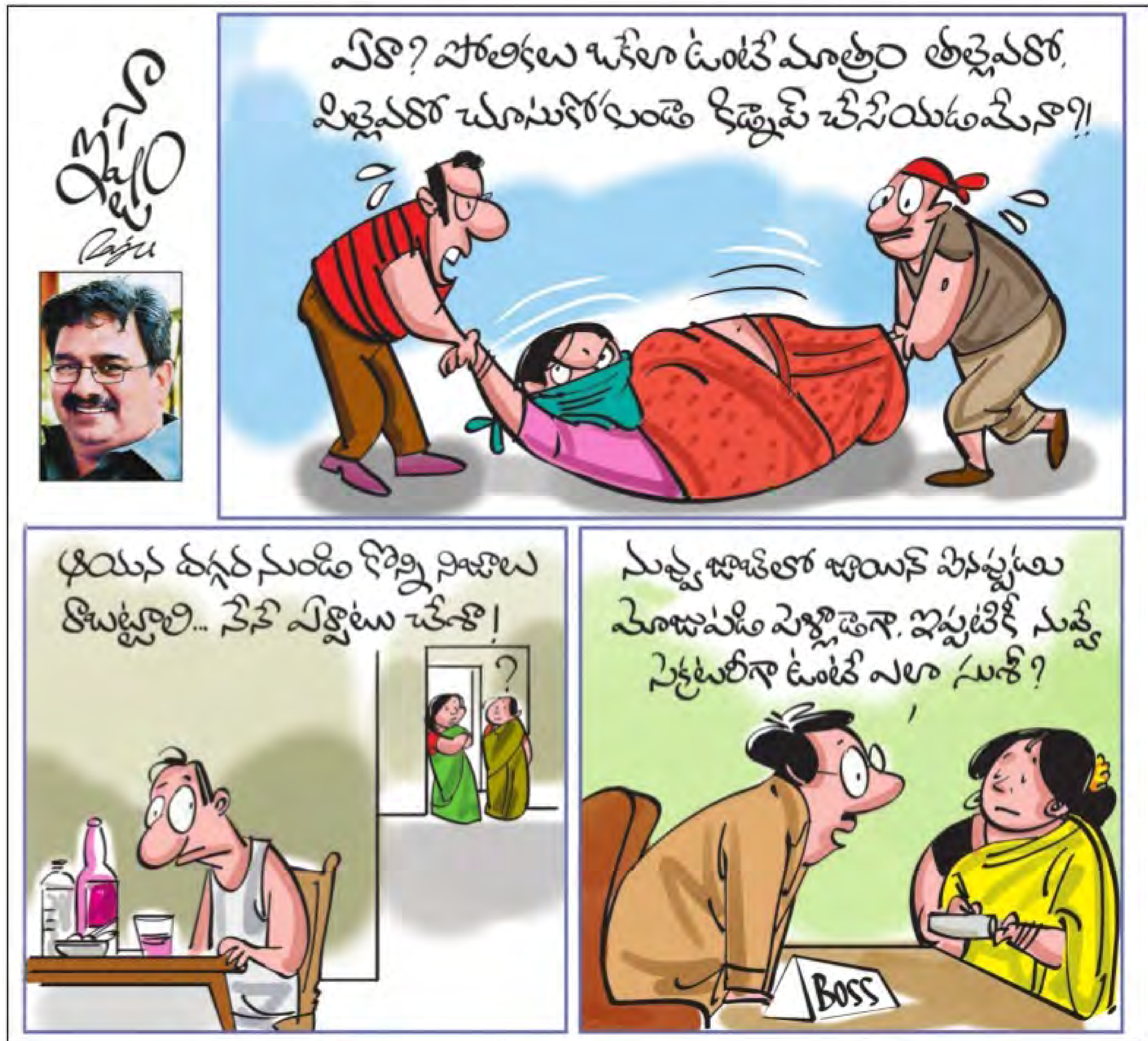
చుట్టూ సముద్రం. మధ్యలో ఓడ. ఓడలో విందులూ వినోదాలూ! సినిమాలూ షాపింగులూ! ఆ ఐదారు రోజులూ మనసు ఆనందసంద్రమే! 7



సుధీర్‌బాబు

బ్యాడ్మింటన్ క్రీడాకారుడు సుధీర్‌బాబు హీరోగా ఎలా మారాడు? మహేష్‌బాబుకు ఏ విషయంలో అతడు సలహాలు ఇస్తుంటాడు? అతడి విచిత్ర ప్రయాణ విశేషాలు. 12

మీ అభిప్రాయాలను పోస్టు ద్వారా **ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి**, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీహిల్స్, హైదరాబాద్- 33కు, మెయిల్ ద్వారా sunday.aj@gmail.comకు పంపండి.



ప్రియమైన 'ఆంధ్రజ్యోతి'కి...

◆ ప్రవాస భారతం

ఈ వారం కథ 'ప్రవాసం' చాలా బాగుంది. వ్యక్తిత్వం ఉన్న ఒక అమ్మాయి, ఆ వ్యక్తిత్వాన్ని నిలుపుకునేందుకు పడే తపనను చక్కగా ఆవిష్కరించారు రచయిత. అయితే భర్త ఊళ్లో లేని సమయంలో, ఒంటరిగా ఉన్న మరో వ్యక్తి ఇంట్లో ఎలా ఉండగలిగింది, అదీ పగలంతా! అతని వల్ల ఆమెకు బెంగాలీ అర్థం చేసుకోవడం రావడం వల్లే తన భర్త నిజస్వరూపం తెలుసుకుందని చెప్పడానికి ఈ బంధాన్ని అమర్చినట్టుంది. బంగ్లాదేశ్- బెంగాల్‌ల మధ్య నెలకొన్న పరిస్థితులను కథలో భాగం చేసిన తీరు బాగుంది.

- మౌనిక, ఈమెయిల్

◆ తెలుగు కాశీ

హరిద్వార్‌కి వచ్చే తెలుగువారి కోసం 'నిత్యాన్నదాన సత్రం' నిర్వహిస్తోన్న వాసుదేవ శర్మగారి గురించి తెలుసుకుని ఆనందించాం. హరిద్వార్ యాత్రికులకు ఈ సమాచారం ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. ఆయన అడ్రస్, ఫోన్ నెంబర్ తదితర వివరాలు కూడా ఇచ్చి ఉంటే చాలా బాగుండేది.

- ఆర్. సత్యనారాయణమూర్తి, హైదరాబాద్

◆ మూడు డబ్బాలు

భూత, భవిష్యత్, వర్తమాన కాలాలను మేనేజ్ చేస్తూ, సక్సెస్ సీక్రెట్‌ను ఎలా తెలుసుకోవాలో వివరించిన 'త్రీబాక్స్ ఫార్ములా' చాలా బాగుంది. 'గెలుపు దారి' అంటే గెలుపును వెతుక్కుంటూ వెళ్లడమే కాదు, అపజయాలు ఎదురైనప్పుడు, తట్టుకుని నిలబడడం కూడా. ప్రపంచాన్ని జయించే ప్రతిభ ఉన్నా, చిన్న ఓటమిని తట్టుకోగలిగే మనోధైర్యం లేకనే, ఎందరో యువతీయువకులు ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారు.

- భూపతిరాజు సత్యనారాయణ, చక్రీపురం

◆ ప్రకృతీ పచ్చదనం

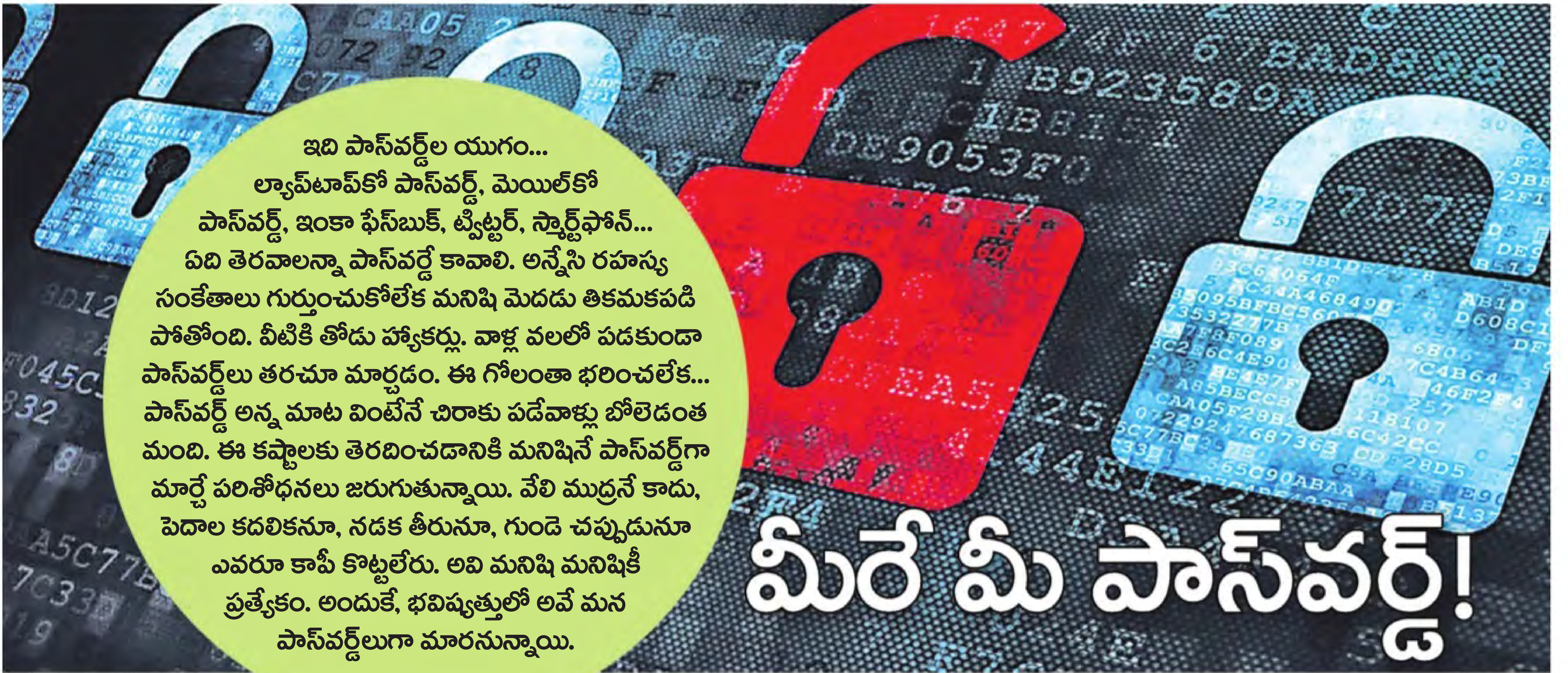
నగరీకరణ విపరీతంగా పెరిగిపోతున్న ప్రస్తుత కాలంలో ఇళ్ల ముందు మొక్కలు పెంచుకునేందుకు సరిపడా జాగా ఉండాలనుకోవడం అత్యాశే అవుతోంది! అయితే ఆ అవసరం లేకుండానే ఇంటి లోపలే పెంచుకునేందుకు అనువైన మొక్కల సమాచారం 'పది కాలాలూ పచ్చగా' ఉండేలా ఉంది.

- సూర్యప్రకాశ్, చింతల్

◆ ఆదర్శ మిషన్

విశాఖ ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో కరెంటు లేక, చీకట్లో మగ్గిపోతున్న గిరిజనులకు సోలార్‌లైట్లను అందజేసి, వారి జీవితాల్లో వెలుగులు నింపిన 'రామకృష్ణ మిషన్' సేవా దృక్పథం అభినందనీయం. స్వామి వివేకానందుడు నెలకొల్పిన ఈ సంస్థ ఇప్పటికీ ప్రజలకు సేవలందించడంలో ముందుందనే విషయం మరోసారి రుజువైంది.

- మంకు శ్రీను, కొప్పర్రు



ఇది పాస్‌వర్డ్‌ల యుగం... ల్యాప్‌టాప్‌కో పాస్‌వర్డ్, మెయిల్‌కో పాస్‌వర్డ్, ఇంకా ఫేస్‌బుక్, ట్విట్టర్, స్మార్ట్‌ఫోన్... ఏది తెరవాలన్నా పాస్‌వర్డ్ కావాలి. అన్నేసి రహస్య సంకేతాలు గుర్తుంచుకోలేక మనిషి మెదడు తికమకపడి పోతోంది. వీటికి తోడు హ్యాకర్లు. వాళ్ల వలలో పడకుండా పాస్‌వర్డ్‌లు తరచూ మార్చడం. ఈ గోలంతా భరించలేక... పాస్‌వర్డ్ అన్న మాట వింటేనే చిరాకు పడేవాళ్లు బోలెడంత మంది. ఈ కష్టాలకు తెరదించడానికి మనిషినే పాస్‌వర్డ్‌గా మార్చే పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి. వేలి ముద్రనే కాదు, పెదాల కదలికనూ, నడక తీరునూ, గుండె చప్పుడునూ ఎవరూ కాపీ కొట్టలేరు. అవి మనిషి మనిషికీ ప్రత్యేకం. అందుకే, భవిష్యత్తులో అవే మన పాస్‌వర్డ్‌లుగా మారనున్నాయి.

మీరే మీ పాస్‌వర్డ్!

పెదాల కదలికే...

కొందరు తమ ముఖాన్నే పాస్‌వర్డ్‌గా పెట్టుకుంటారు. కానీ ఇక్కడో సమస్య ఉంది. హ్యాకర్లు ముఖాన్ని కంప్యూటర్లో పునఃసృష్టించి మీ ఎకౌంట్‌ను తెరవగలరు. అప్పుడెలా? అయితే, ఎంత చేయి తిరిగిన హ్యాకర్లు అయినా... మీ పెదాల కదలికను మాత్రం కాపీ కొట్టలేరు. ఎందుకంటే, పెదాల కదలిక తీరు... వ్యక్తి వ్యక్తికీ మారిపోతూ ఉంటుంది. అందుకే, పెదాల కదలికని పాస్‌వర్డ్‌గా పెట్టడంపై తాజాగా పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి. హాంకాంగ్‌లోని బాప్టిస్టు యూనివర్సిటీ పరిశోధకులు, పెదాల కదలిక ద్వారా ల్యాప్‌టాప్‌ను తెరిచేలా... పాస్‌వర్డ్ టెక్నాలజీని అభివృద్ధి చేస్తున్నారు. దీన్నే 'లిప్ మోషన్ పాస్‌వర్డ్' అంటారు. అంతమాత్రాన, ఊరంతా వినిపించేలా... పాస్‌వర్డ్‌ను బయటికి చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. మూగవారు కూడా ఈ లిప్ మోషన్ పాస్‌వర్డ్‌ని ఉపయోగించుకోవచ్చు.



నడిస్తే చాలు...

ప్రస్తుతం... ఆఫీసుల్లో ఫింగర్ ప్రింట్, ఐరిస్, ఫేస్ రికగ్నిజేషన్ ద్వారా సిబ్బందికి అటెండెన్స్ పడుతోంది. త్వరలో నడక ద్వారా కూడా హాజరు నమోదయ్యే అవకాశం ఉంది. నడిచినప్పుడు వచ్చే కైనెటిక్ ఎనర్జీతో వ్యక్తులను గుర్తించే టెక్నాలజీ వచ్చేస్తోంది. ఆస్ట్రేలియాలోని డాటా 61 ల్యాబ్ వారు ఒక యంత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నారు. దాన్ని పట్టుకుని నడిస్తే... అది మీరు నడుస్తున్నప్పుడు వచ్చే కైనెటిక్ ఎనర్జీని గ్రహించి, దాన్నే మీ పాస్‌వర్డ్‌గా మారుస్తుంది. మీరు ఎన్నిసార్లు నడిచినా... కైనెటిక్ ఎనర్జీ మారదు. కనుక మిమ్మల్ని గుర్తు పట్టడం కూడా సులువే అవుతుంది యంత్రానికి. ఇప్పటికే 20 సార్లు పరీక్షించి చూడగా... 95 శాతం మేర సరైన ఫలితాన్ని చూపించింది. త్వరలో ఆఫీస్ కారిడార్‌లో నడక ద్వారా అటెండెన్స్ వేసే రోజులు వచ్చేస్తాయేమో.



పొట్టవిప్పిచూడ...

ఇంతవరకు చెప్పిన కొత్త పాస్‌వర్డ్‌లన్నీ ఒకెత్తయితే... ఇది మరొక ఎత్తు. పాస్‌వర్డ్‌ని ఏకంగా మింగేసి పొట్టలో భద్రంగా దాచుకోవచ్చట. ఈవైపుగా పరిశోధనలు పూర్తయ్యాయి. ఆన్‌లైన్ చెల్లింపుల వ్యవస్థ పేపాల్ ఈ రకమైన పాస్‌వర్డ్‌లను రూపొందించే పనిలో ఉంది. ఇక్కడ, క్యాప్సూల్ రూపంలో పాస్‌వర్డ్‌ను తయారు చేస్తున్నారు. అందులో సూక్ష్మమైన మైక్రో చిప్ పెడతారు. దాన్ని గబుక్కున మింగేయాలి. ఆ క్యాప్సూల్ కూడా పొట్టలోని ఆమ్లాల వల్ల శక్తిని పొందుతుంది. అయితే దాని జీవితకాలం రెండు మూడు రోజులే... తరువాత మెల్లగా కరిగిపోతుంది. అప్పుడు మళ్లీ క్యాప్సూల్ మింగాలి. మీరు పాస్‌వర్డ్ టైపు చేయాల్సిన అవసరం లేకుండా... కంప్యూటర్ ముందు కూర్చోగానే అదే మీ పాస్‌వర్డ్‌ను పొట్టలో ఉన్న మైక్రోచిప్ నుంచి గ్రహిస్తుంది. ఇలా పొట్టలోనే మైక్రోచిప్ రూపంలో పాస్‌వర్డ్‌ను దాచడం వల్ల... హ్యాకర్ల బారి నుంచి తప్పించుకోవచ్చునని చెబుతున్నారు పేపాల్ డెవలపర్లు.



ఈసీజీ గ్రాఫ్

ఎలక్ట్రోకార్డియోగ్రాఫ్... సంక్షిప్తంగా ఈసీజీ. గుండె కొట్టుకునే తీరును, గుండెలయలోని హెచ్చుతగ్గులను గ్రాఫ్ రూపంలో చూపిస్తుంది. ఆ ఈసీజీనే పాస్‌వర్డ్‌గా మార్చే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. అమెరికాలో రోగుల హెల్త్ రికార్డులను జాగ్రత్త చేసేందుకు వారి ఈసీజీనే పాస్‌వర్డ్‌గా పెట్టే ఏర్పాట్లు మొదలయ్యాయి. న్యూయార్క్ లోని బింగ్‌హాంటన్ యూనివర్సిటీకి చెందిన ప్రొఫెసర్ జాన్‌పెంగ్ జిన్ నాయకత్వంలో ఈ పరిశోధనలు సాగుతున్నాయి. ఇక్కడ, డాటా ఎన్‌క్రిప్షన్‌కు ఈసీజీ సిగ్నల్స్‌ను వాడుతున్నారు. ఆ ప్రయత్నాలు ఇంకా ఒక కొలిక్కి రాలేదు.



ముగింపు:

పాపులర్ 'పాస్‌వర్డ్' కొటేషన్

పాస్‌వర్డులు అండర్‌వేర్ లాంటివి. తరచూ మారుస్తూ ఉండండి. ఎవరితోనూ పంచుకోకండి. ఎవరికీ చూపించకండి.

నీకెందుకు సేద్యమన్నారు?

ఏటికేడాది విత్తనాలూ రసాయన ఎరువుల ధరలు పెరుగుతున్నాయి. వ్యవసాయం భారంగా మారుతోంది. కరువు జిల్లాల్లో అయితే పొలం దున్నాలంటే అప్పులు చేయాల్సిన పరిస్థితి. అలా చేసిన అప్పుల్ని తీర్చడానికి పంట పొలాన్ని అమ్మిన ఆ కుటుంబాన్ని... లావణ్య అనే మహిళా రైతు చొరవ మళ్లీ తలెత్తుకునేలా చేసింది. ఆ కృషే ఆమెకు కేంద్రప్రభుత్వం నుంచీ 'ఉత్తమ మహిళా రైతు' అవార్డును అందించింది. కష్టాల సాగు నుంచి సేంద్రియ సేద్యం వరకూ తన ప్రయాణాన్ని వివరిస్తున్నారామె...

బాల్యం నుంచీ పొలాలే నాకు తెలిసిన ప్రపంచం. అమ్మానాన్నా మట్టిలో పనిచేస్తుంటే... గట్టున కూర్చుని ఆడుకునేదాన్ని. మరీ చిన్నప్పుడు అమ్మ ఏ చెట్టు కొమ్మకో చీరతో ఊయల వేసేది. పక్షుల కూతలు వింటూ నిద్రపోయేదాన్ని. అమ్మవాళ్లది నాగర్‌కర్నూలు జిల్లా అచ్చంపేట మండలంలోని రంగాపూర్. పదో తరగతితో నా చదువు ఆగిపోయింది. పదిహేనేళ్ళ క్రితం రమణారెడ్డిని పెళ్లి చేసుకుని తెల్కపల్లి మండలంలోని కారువంగకు వచ్చాను. అప్పట్లో మాది ఉమ్మడి కుటుంబం. మొత్తం ముప్ఫై ఎకరాల వ్యవసాయ భూమి ఉండేది. వేరుశనగ, పత్తి, ఆముదం పండించేవాళ్లం. ఏటా పెట్టుబడుల కోసం అప్పులు చేయాల్సివచ్చేది. ఎంత కష్టపడినా, ఆశించినస్థాయిలో దిగుబడులు వచ్చేవి కావు. ఆ అరకొర ఆదాయం ఇంట్లో ఖర్చులకు కూడా సరిపోయేది కాదు. అప్పులు తీర్చేందుకు పది ఎకరాలు అమ్ముకోవాల్సి వచ్చింది. నమ్మిన వ్యవసాయం నష్టాల్ని మిగిలిస్తుండడంతో ఉమ్మడి కుటుంబం కాస్తా... ముక్కలైపోయి, వేరు కాపురాలు పెట్టాల్సి వచ్చింది. మా భాగంగా పదెకరాల పొలం వచ్చింది.

రసాయనం ఓ రోగం...

ఆరుగాలం కష్టపడినా వ్యవసాయంలో దిగుబడి ఉండట్లేదు. ఇలానే తలవంచుకుని సేద్యం చేసుకుంటూ పోతే... ఇంకొన్ని అప్పులు చేయాల్సి వస్తుంది. వడ్డీలకు ఇంకాస్త పొలం అమ్మాల్సి ఉంటుంది. అలా జరగడానికి వీల్లేదు. మిగిలిన పదెకరాలనైనా కాపాడుకోవాలి? ఆ ఆలోచనతో రాత్రిళ్లు నిద్ర కూడా పట్టేది కాదు. ఎవర్ని అడగాలి, ఎవరు సరైన సలహా ఇస్తారు? సరిగ్గా ఆ సమయంలోనే తెల్కపల్లి మండల వ్యవసాయ అధికారి ఉస్సేన్ బాబు, గ్రామభారతి కన్వీనర్ స్తంభాద్రి మా ఊరికి వచ్చారు. 'సేంద్రియ వ్యవసాయం ఎలా చేయాలి? దాని వల్ల లాభాలేంటి?'... ఇలా అనేక విషయాల మీద మాకు అవగాహన కల్పించారు. రసాయన ఎరువులు కొనడమే పెద్ద ఖర్చు. వాటిని ఎంత వాడినా ఫలితం ఉండదు. చివరికొచ్చేసరికి పెట్టుబడి ఖర్చు తడిసి మోపెడవుతుంది. అంతేకాదు, రసాయన మందుల వాడకంతో గింజల్లో శక్తి నశించి పోతుంది. పండించే రైతులకూ, పంటను తినే ప్రజలకూ అనేక జబ్బులు వస్తున్నాయి. అందుకే సేంద్రియ పద్ధతులు నాకెంతో నచ్చాయి.

ధైర్యే సాహసే లక్ష్మీ...

ఒక్క ఆవును పెంచుకుంటే చాలు, ఆ పేడతో ముప్ఫై ఎకరాలకు సరిపడా ఎరువులు సిద్ధం చేసుకోవచ్చు. గోమూత్రంతో పంటకు హాని చేసే క్రిమికీటకాల్ని నియంత్రించే కషాయమూ తయారు చేసుకోవచ్చు... అని చెప్పినప్పుడు నాకు నమ్మకం కలగలేదు. నమ్మినా నమ్మకపోయినా నాకిప్పుడు సేంద్రియ వ్యవసాయమే దిక్కు. ఎందుకంటే, వేలకు వేలు పెట్టి రసాయనాలు కొనడానికి డబ్బు లేదు. అప్పుచేయడం నాకిష్టం లేదు. దీంతో, మొండిగా సేంద్రియ సాగు మొదలుపెట్టాను. మురిగిన కోడిగుడ్లు, వేపాకులతో కషాయం తయారు చేస్తుంటే ఊళ్లోని రైతులు మొహం మీదే నవ్వారు. 'ఆడపిల్లవి, నీకెందుకు వ్యవసాయం. ఇది చాలా కష్టంతో కూడుకున్న పని. పిచ్చి ప్రయోగాలు చేసి, వచ్చే కాస్త దిగుబడి కూడా చెడగొట్టుకోవద్దు' అంటూ ఉచిత సలహాలు ఇచ్చారు. అయినా నేను అధైర్య పడలేదు. వ్యవసాయాన్ని తక్కువ పెట్టుబడితో లాభసాటిగా మార్చే ప్రతి అవకాశాన్నీ వినియోగించుకున్నాను. సేంద్రియ వ్యవసాయం ప్రారంభించిన మొదటి ఏడాదే, ఊళ్లో అందరి కంటే ఎక్కువ దిగుబడి సాధించాను. రసాయన క్రిమిసంహారకాలు వాడుతున్నప్పుడు... పత్తి పంటకు ఎకరాకు ఇరవై నుంచి ఇరవై ఐదు వేల రూపాయల పెట్టుబడి అవసరం అయ్యేది. సేంద్రియ పద్ధతిలో కేవలం పదివేల రూపాయల ఖర్చుతోనే మంచి దిగుబడి సాధ్యమైంది. అంతర పంటలుగా మెంతులు, ధనియాలు, ఆవాలు వేయడం మొదలుపెట్టాను. వీటి వల్ల ఏడాదికి అదనంగా లక్ష రూపాయల దాకా ఆదాయం వచ్చేది. అప్పుడు, అప్పులు తీర్చేందుకు ఆస్తులు అమ్ముకున్నాం. ఇప్పుడు, మాకున్న పది ఎకరాలకు తోడు మరో ఇరవై ఎకరాల భూమిని కూడా కొన్నాం. ఆడపిల్లకు వ్యవసాయం ఎందుకు? అని హేళన చేసినవారే 'ఆదర్శ రైతు' అంటూ పొగుడుతున్నారు. అంతకంటే ఏం కావాలి? ప్రభుత్వం కూడా సేంద్రియ వ్యవసాయాన్ని ప్రోత్సహించడం మంచి పరిణామం. ఆరోగ్యకరమైన సేంద్రియ ఉత్పతులకు మంచి మార్కెటింగ్ సౌకర్యాలను కలిగిస్తే అటు విని యోగదారులకూ, ఇటు రైతులకూ ఎంతో ఉపయోగంగా ఉంటుంది.

- మహ్మద్ అబ్దుల్లాఖాన్
ఆంధ్రజ్యోతి, నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లా
ఫొటోలు : **కపిలవాయి రాజు**


ఢిల్లీలో అవార్డు స్వీకరిస్తూ...





తమ్ముడి దగ్గరే ఉంటున్నానని...

మేడమ్... మా అబ్బాయికి నాలుగేళ్లు. బాగా తెలివైనవాడు. చురుగ్గా ఉంటాడు. నెల క్రితం నేను మరో మగబిడ్డకు తల్లినయ్యాను. అప్పటి నుంచి నేను తమ్ముడి దగ్గరే ఉంటున్నానని, మా అబ్బాయి గోల చేస్తున్నాడు. నాతో పాటు పసిబిడ్డను కూడా కొడుతున్నాడు. కొన్నిసార్లు అలక వహించి ఏమీ తినడం లేదు. వాడికి ఎలా నచ్చచెప్పాలో తెలియడం లేదు. ఏదైనా సలహా చెప్పండి.

- భావన, హైదరాబాద్

మీరు చెబుతున్నదాన్నిబట్టి చూస్తే... ఇంట్లోకి రెండో బిడ్డ రాబోతున్న విషయాన్ని ఆ పసివాడికి నచ్చజెప్పి, ముందు నుంచే ప్రిపేర్ చేయలేదనిపిస్తోంది. ఈ నాలుగేళ్లలో మీ అటెన్షన్ అంతా అతడిపైనే ఉంది. ఎప్పుడైతే తమ్ముడు పుట్టాడో, మీ అటెన్షన్ అటువైపు మరల్చడంతో తట్టుకోలేకపోతున్నాడు. అందుకే కోపంతో మీ ఇద్దరినీ కొడుతున్నాడు. కాబట్టి ఈ సమయంలో మీ ప్రేమను మరింత ఎక్కువగా అందించాల్సిన అవసరం ఉంది. ఒకవేళ సహనం కోల్పోయి, కోపంతో మీరు దండిస్తే 'ఇదంతా తమ్ముడి వల్లనే' అనే భావన క్రమక్రమంగా పెరిగిపోయే ప్రమాదముంది. మీరు బిడ్డను ప్రసవించి నెల రోజులే అవుతోంది కాబట్టి మీ అలసట, నిద్రలేమి, బాధ్యతలను అర్థం చేసుకోవచ్చు. కానీ పిల్లలకు ఈ విషయాలు తెలియవు కదా. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో అబ్బాయిని మరింత ఓపికతో ప్రేమగా చూసుకోవడమే పరిష్కారం. బంధువులు, స్నేహితులెవరైనా పసిబిడ్డకు బహుమతులు తేస్తుంటే, మొదటివాడికి కూడా తెమ్మనండి. లేదా మీరే కొని వారితో ఇప్పించండి. ఇలాంటి చిన్న చిన్న చర్యల వల్ల పరిస్థితి కొంత మెరుగవుతుంది.



మా పొరుగింటావిడ పిల్లల బుగ్గలపై కాకుండా, పెదవులపై ముద్దు పెడుతుంది. ఆమె భర్త కూడా సిగరెట్ తాగిన నోటితోనే పిల్లల బుగ్గలను ముద్దాడతాడు. అది మంచి అలవాటు కాదని నేను తరుచూ ఆవిడతో పోట్లాడుతుంటాను. అయితే వారు నా మాటలను అస్సలు పట్టించుకోవట్లేదు. పిల్లలను ప్రేమతో ముద్దాడొచ్చు కానీ ఆ విధంగా చేయడం సరైనదేనంటారా?

- మహాలక్ష్మి, విజయవాడ

ఏ వయసు పిల్లల్ని వారలా ముద్దాడుతున్నారు? వాళ్ల పిల్లలా? లేక వేరేవారి పిల్లలా? అనేది ఇక్కడ ముఖ్యం. ఒకవేళ స్వంత పిల్లల్ని అలా ముద్దుపెట్టుకుంటుంటే మాత్రం మీరు తరచూ వారి వ్యవహారంలో కలుగజేసుకోవడం మంచిది కాదేమో. మన సంస్కృతీ సంప్రదాయాల ప్రకారం పెదవులపై ముద్దుపెట్టడం అనేది సరైన పద్ధతి కాదు. ఎందుకంటే రేప్పొద్దున పిల్లలు పెరిగి పెద్దయ్యాక ఇతరుల పెదవులపై ముద్దుపెట్టుకోవడం తప్పుగా భావించరు (చిన్నప్పటి నుంచీ తల్లిదండ్రులు అలాగే ప్రవర్తించారు కదా). అది ఒకరకంగా ప్రమాదకరం. ఇక సిగరెట్ తాగి పిల్లల్ని ముద్దాడే ప్రతీ వాళ్లూ ఒకటి గుర్తుపెట్టుకోవాలి. ఆ రకంగా ముద్దాడటం పిల్లలకు అనారోగ్యకరం. ఒక శ్రేయోభిలాషిగా మీరు పొరుగింటావిడకు సలహా ఇవ్వడం మంచిదే కానీ డిక్టేట్ చేయలేరు కదా. ఏది మంచో, ఏది చెడో వారే నిర్ణయించుకోవాలి.



మేడమ్... నాకు నాలుగేళ్ల పిల్లాడున్నాడు. వాడు తనకు నచ్చినవే తింటుంటాడు. కొన్నిరకాల కూరగాయలతో ఏం వండినా అస్సలు ముట్టుకోడు. పండ్ల విషయంలో కూడా ఇలాగే చేస్తాడు. టేబుల్ మీద రకరకాల పండ్లు ఉన్నప్పటికీ వాటిలో కేవలం కొన్నింటిని మాత్రమే తీసుకుని తింటాడు. అదేమైనా మానసిక జబ్బా? లేక సాధారణ సమస్యేనా? పిల్లలు 'పికీ ఈటర్'గా మారడానికి కారణాలేమైనా ఉంటాయా?

- సులోచనారాణి, రాజమండ్రి

సాధారణంగా కుటుంబంలో ఎవరైనా 'పికీ ఈటర్' ఉంటే తప్పకుండా పిల్లలు కూడా వారినే ఫాలో అవుతుంటారు. 'నాకు ఫలానా కూర నచ్చదు, ఫలానా పండు నచ్చదు' అని కుటుంబసభ్యులు మాట్లాడుకోవడం ద్వారా అది సహజంగానే పిల్లలపై ప్రభావం చూపుతుంది. వాటిపట్ల పిల్లలు కూడా ఏహ్యాభావాన్ని పెంచుకుంటారు. ఉదాహరణకు ఒక పండు కానీ, ఒక కూరగాయగానీ తినడం లేదంటే, దాన్ని మరో రూపంలో ఇచ్చేందుకు ప్రయత్నించాలి. అంతేగానీ ఇంత చిన్న వయసులో నచ్చినవే తింటానని మొండికేస్తే ఇబ్బందులు తలెత్తుతాయి. పిల్లలకు సమతుల ఆహారం చాలా అవసరం. పిల్లలు ఇష్టపడని వాటిని మరింత రుచికరంగా, వేరేవాటితో మిక్స్‌చేసి, కొత్త వంటకాల రూపంలో అందించే ప్రయత్నం చేయాలి.

సుజాతా రాజమణి
కన్సల్టెంట్ సైకోథెరపిస్ట్,
కిమ్స్ హాస్పిటల్



మీ పిల్లల ప్రవర్తనకు సంబంధించి ఏమైనా ప్రశ్నలుంటే మాకు పోస్ట్‌లో గానీ, మెయిల్‌లో గాని పంపవచ్చు.

అడ్రస్ : ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీహిల్స్, హైదరాబాద్- 33, **మెయిల్ ఐడి :** sunday.aj@gmail.com

క్రూజ్‌తో... ఫ్రెండ్‌షిప్



తల మీద నీలి ఆకాశం.
పాదాల కింద నీలి సముద్రం.
రెండూ మనిషికి హెచ్చరికలే...
నువ్వు అల్పజీవివి!
రెండూ మనిషికి ప్రశంసలే...
నువ్వు స్వేచ్ఛాజీవివి!

క్రూజ్ షిప్‌లో ప్రయాణం... ఓ కొత్త విలాసాల ప్రపంచాన్ని పరిచయం చేస్తుంది. అదే సమయంలో, మనకే తెలియని మనతో ములాఖత్ ఏర్పాటు చేస్తుంది. ఆ అనుభూతి కోసమే యాత్రికులు సంద్రంలోని ఆ ఇంద్రలోకానికి ప్రయాణం అవుతారు.

వందల కొద్దీ రూములు.. విలాసవంతమైన రెస్టారెంట్లు.. అత్యాధునికమైన జిమ్.. స్విమింగ్ పూల్స్.. జాకూజీలు.. సెలూన్లు.. బ్యూటీ పార్లర్లు.. అవలీలగా ఓ మూడువేల మంది కూర్చోగలిగిన ఆడిటోరియం.. పెద్దతెరను తలపించే ఎల్‌యీడీ స్క్రీన్...

ఇవన్నీ చదువుతుంటే- ఏదో ఫైవ్ స్టార్ హోటల్‌కు సంబంధించిన వర్ణనలా అనిపిస్తోంది కదూ! నిజమే.. ఫైవ్ స్టార్ హంగులన్నీ ఇక్కడ ఉంటాయి. అయితే, ఆ ఇంద్రభవనం సంద్రపు అలల మీద తేలియాడుతూ ఉంటుంది. అదో...'క్రూజ్ షిప్'!

• • •

మనిషి వర్సెస్ సముద్రం...

సాగరంతో పోలిస్తే మానవుడు మరీ దుర్బలుడు. ఆ విషయం అతడికి కూడా తెలుసు. ఆ ఆత్మన్యూనతను అధిగమించడానికే కావచ్చు, ఎగిసిపడే అలలను ఒడిసిపట్టాలనుకుంటాడు. ఆ జలనిధి మీద జల్సాగా షికార్లు చేయాలనుకుంటాడు. ఆ ప్రకృతి శక్తిని గుప్పిట్లో బంధించి ప్రపంచం మీద పెత్తనం సాగించాలనుకుంటాడు. అందుకే, మానవపరిణామ క్రమంలో నౌకలకు ఎంతో ప్రాధాన్యం ఉంది. అప్పట్లో కొత్త ప్రాంతాల అన్వేషణకో, ఇతర దేశాల ఆక్రమణకో వాటిని వాడుకొనేవారు. అంతిమంగా నౌకాబలమున్న దేశమే ప్రపంచాన్ని ఏలేది. రవి అస్తమించని బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యం పునాదులు వేసుకొన్నది కూడా నౌకాబలంతోనే. కాలం మారింది. ప్రజల అవసరాలు మారాయి. ప్రపంచమంతా చిన్న బిందువుగా మారిపోయింది. ఈ బిందువును చుట్టి రావాలంటే కూడా మళ్లీ ఓడలే కావాలి. అదీ, మామూలు ఓడలు కావు, అత్యాధునిక పరిజ్ఞానంతో ప్రయాణించే మహా నౌకలు... నడిచే నక్షత్ర హోటళ్లు.. క్రూజ్ షిప్‌లు!

ఒకప్పుడు విహార యాత్రలంటే, మహా అయితే చుట్టు పక్కల ప్రాంతాలకు వెళ్లేవారు. ఆ తర్వాత ఇతర రాష్ట్రాలకు ప్రయాణించడం మొదలుపెట్టారు. ఇటీవలి కాలంలో, ఎగువ మధ్యతరగతి ప్రజలు కూడా విదేశీ విహార యాత్రలకు వెళ్లటం సర్వసామాన్యమైపోయింది. ఆ విదేశీ యాత్రల్ని కూడా క్రూజ్ నౌకల ద్వారా చేస్తే మరీ బావుంటుందనే భావన బలపడుతోంది. తాజాగా కేంద్ర ప్రభుత్వం- విదేశీ క్రూజ్ నౌకలు మన తీరంలో ఆగేందుకు అవసరమైన అనుమతులను సులభతరం చేసింది. దీంతో రాయల్ కరేబియన్, క్రూజ్ ప్రొఫెషనల్స్ వంటి... క్రూజ్ నిర్వాహక సంస్థలు భారత తీరాలలో తమ నౌకలను ఆపుతున్నాయి. మునుపటితో పోలిస్తే, గత ఏడాది అంతర్జాతీయ క్రూజ్ హాలిడేల కోసం బుకింగ్స్ నలభైశాతం దాకా పెరిగినట్టు గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. నిన్నమొన్నటి దాకా అమెరికా, యూరప్ దేశాల్లోని పర్యాటకులే ఈతరహా సముద్ర ప్రయాణాలకు ఆసక్తి చూపేవారు. మెల్లమెల్లగా ఆసియాలో కూడా 'క్రూజ్ టూరిజం'కు మంచి మార్కెట్ ఏర్పడింది. సింగపూర్, హాంకాంగ్, చైనా, భారత్ , గల్ఫ్ దేశాల నుంచి క్రూజ్ నౌకల్లో ప్రయాణించేవారు ఎంతోమంది. ఉదాహరణకు... గత ఏడాది అమెరికాలో క్రూజ్ పర్యాటకుల సంఖ్య 1.1 కోట్లు. హాంకాంగ్ టూరిజం బోర్డు అంచనా







ప్రకారం... చైనాలో క్రూజ్ పర్యాటకుల సంఖ్య 8.3 కోట్లు. అంటే అమెరికా నుంచి వెళ్లే పర్యాటకుల కన్నా, చైనా పర్యాటకుల సంఖ్య ఎనిమిది రెట్లు ఎక్కువ. భారత్‌లో చైనా అంత మార్కెట్ లేకపోయినా- భవిష్యత్తు బ్రహ్మాండమే! దీంతో- భారత్, చైనాలలోని పర్యాటకుల్ని ఆకర్షించటానికి ప్రపంచంలోని క్రూజ్ సంస్థలన్నీ పోటీ పడుతున్నాయి. తమ నౌకలను భారత తీరాలకు తీసుకొచ్చి... రారమ్మంటూ ఊరిస్తున్నాయి. కేరళ తీరంలోని కొచ్చిన్ పోర్టుకు యాభైరెండు క్రూజ్ షిప్‌లు వచ్చాయంటే- పోటీ ఎంత తీవ్రంగా పెరుగుతోందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఈ ఏడాదే మార్కెట్లోకి ప్రవేశించిన 'మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్' అనే నౌకలో ఈ వ్యాస రచయిత ఇటీవలే ప్రయాణించారు. ఆధునిక నౌకా విలాసాలకు, సౌకర్యాలకు అద్దం పట్టే మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్‌లో ప్రయాణం ఒక మరుపురాని అనుభవమనే చెప్పాలి.

ప్రయాణం ఇలా...

క్రూజ్ నౌకలలో ప్రయాణించాలని ఉబలాటపడే వారికి ముందుగా వచ్చే సందేహం... సీ సిక్‌నెస్. సాధారణంగా సముద్రపు కుదుపులకు చాలా మందికి వాంతులు అవుతాయి. లగ్జరీ క్రూజ్‌లలో ఇలాంటి సమస్యేమీ ఉండదు. ఎంత పెద్ద ఓడ అయినా- సముద్రపు కుదుపులకు అటూ ఇటూ అవ్వాల్సిందే. అయితే ఇటీవలి కాలంలో స్టెబిలైజర్లు (నౌక ఊపును తగ్గించే యంత్రాలు) అందుబాటులోకి వచ్చాయి. దీంతో, సముద్రం ఉద్రిక్తంగా ఉన్నప్పుడు కూడా... నౌకలో ఉన్నవారికి పెద్దగా కదలికలు తెలియవు. ఇవి కుదుపులను 75 శాతం దాకా తగ్గిస్తాయి. అందువల్ల ఒకసారి నౌకలోకి ప్రవేశిస్తే- మనం భూమి మీద ఉన్నామో... సముద్రంలో ఉన్నామో కూడా తెలియనంత సాఫీగా సాగిపోతుందీ వాహనం.

వెళ్లగానే...

క్రూజ్ వాతావరణం అత్యంత ఖరీదైన ఫైవ్‌స్టార్ హోటల్‌ను తలపిస్తుంది. ఆధునికమైన ఇంటీరియర్లు, సువిశాలమైన కారిడార్, అడుగడుగునా మెత్తని తివాచీలు సాదరంగా స్వాగతం పలుకుతాయి. సిబ్బంది చిరునవ్వుతో సేవలు అందిస్తారు. ఒక డెక్ నుంచి మరొక డెక్‌కు (నౌకల్లో ఫ్లోర్లను 'డెక్'లని పిలుస్తారు) లిఫ్టులు కూడా ఉంటాయి. మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్ విషయమే తీసుకుంటే... అందులో మొత్తం 19 డెక్‌లు ఉన్నాయి. కింద నాలుగు డెక్‌లలోనూ సుదీర్ఘమైన ప్రయాణానికి అవసరమైన సామాన్లూ, నౌకను ముందుకు నడిపించే ఇంజిన్లూ, తాగునీటి

చలో... అంటార్కిటికా!

క్రూజ్‌లలో తరచూ ప్రయాణించేవారికి- అంటార్కిటికా ప్రయాణం ఒక అందమైన స్వప్నం. ఆ కల ఖరీదైనదే కాదు.. సాహసోపేతమైంది కూడా. అందుకే మన దేశం నుంచి అంటార్కిటికాకు వెళ్లే యాత్రికుల సంఖ్య పెద్దగా ఉండదు. అలాంటి చోటికి భారత్‌కు చెందిన క్యూ ఎక్స్‌పీరియన్స్ అనే కంపెనీ ఒక నౌకను ఈ ఏడాది చివరలో పంపుతోంది. ఈ లగ్జరీ క్రూజ్ 200 మంది ప్రయాణికుల్ని తీసుకొని అంటార్కిటికాకు వెళ్తుంది. వీరిలో, అంటార్కిటికాపై పరిశోధనలు చేసిన 12 మంది శాస్త్రవేత్తలు కూడా ఉంటారు. భారతీయ వంటకాలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచే ఈ క్రూజ్‌లో ప్రయాణించటానికి ఒకరికి పదిలక్షల రూపాయల దాకా ఖర్చు అవుతుందని అంచనా. ప్రతి ఏడాదీ అంటార్కిటికాకు వెళ్లే క్రూజ్ నౌకల సంఖ్య పదుల్లోనే ఉంటుంది. అక్కడి కఠిన పరిస్థితులూ, ఇంటర్నేషనల్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ అంటార్కిటికా టూర్ ఆపరేటర్స్ విధించే కఠినమైన ఆంక్షలే దీనికి కారణం. ఈ ఆంక్షల ప్రకారం- అంటార్కిటికాలో ఏ వస్తువునూ వదిలేయకూడదు. శీతల ఖండంలోకి అడుగుపెట్టేముందు ఎటువంటి బ్యాక్టీరియా లేకుండా ప్రత్యేకమైన షవర్‌లు చేయాలి. దీనితో పాటుగా ప్రతి ఏడాది అంటార్కిటికాకు కేవలం 40 వేల మంది సందర్శకులను మాత్రమే అనుమతిస్తారు.

ఎవరికోసం....

క్రూజ్‌లు ఎవరి కోసం? 30-35 ఏళ్ల లోపు వారికా? లేదంటే, 60 పైబడిన వారికా? ఈ విషయాన్ని క్రూజ్ కంపెనీలు కూడా తేల్చుకోలేకపోతున్నాయి. పాశ్చాత్య దేశాల్లో సాధారణంగా 50 దాటిన వారే ఎక్కువగా క్రూజ్‌లకు వెళ్తూ ఉంటారు. కారణం... క్రూజ్‌కు అయ్యే ఖర్చును వారే భరించగలరు. బాధ్యతలు అప్పటికే తీరిపోయి ఉంటాయి కాబట్టి.. ఒత్తిడి లేకుండా కొద్దికాలం క్రూజ్‌లో సేదదీరుతారు. సాధారణంగా ఇలాంటివారు రెండు నుంచి మూడు వారాలు ప్రయాణించే క్రూజ్‌షిప్‌లను ఎంపిక చేసుకుంటారు. అయితే ఇటీవలి కాలంలో యువతరం కూడా పర్యాటక ప్రత్యామ్నాయాల గురించి ఆలోచిస్తోంది. అందుకే, అందరి జాబితాలోనూ క్రూజ్ వచ్చి చేరింది. క్రూజ్ షిప్‌లలో యువతరానికి కావాల్సిన అన్ని విలాసాలు ఉండటం కూడా కలిసొచ్చే విషయమే. ప్రస్తుతం ఏ క్రూజ్‌ను తీసుకున్నా- డిస్కోథెక్‌లు, థీమ్ పార్టీలు, డీజేలు సర్వసాధారణం. వీటితో పాటుగా పాప్ సింగర్స్ పర్ఫార్మెన్స్ యువతకు అదనపు ఆకర్షణగా నిలుస్తోంది. అయితే యువత, మాత్రం నాలుగైదు రోజులు ప్రయాణించే క్రూజ్ షిప్‌లనే ఎంచుకుంటున్నారు.



ట్యాంకర్లూ ఉంటాయి. సిబ్బంది క్వార్టర్లు కూడా అక్కడే. ఇక ఐదు నుంచి పదిహేను డెక్‌ల వరకూ రూమ్‌లూ, సూట్‌లూ ఉంటాయి. వాటికి చక్కని బాల్కనీలు ఉంటాయి. పున్నమి రోజు... బాల్కనీలో కూర్చుని అనంతంగా కనిపించే సముద్రాన్ని చూడటం ఓ గొప్ప అనుభూతి!

ఫుడ్ అన్‌లిమిటెడ్..

క్రూజ్ అనగానే అందరికీ గుర్తుకొచ్చేది కమ్మని విందు, హుషారైన వినోదం. అది కూడా... అన్‌లిమిటెడ్ ఫుడ్, అన్‌లిమిటెడ్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్! క్రూజ్ ఎక్కిన దగ్గర నుంచీ కిందకు దిగేదాకా రకరకాల ఆహార పదార్థాలూ శీతల పానీయాలూ ఇరవైనాలుగు గంటలూ అందుబాటులో ఉంటాయి. ప్రపంచంలోని రుచులన్నీ పళ్లెంలో వడ్డించుకోవచ్చు. ఉదయం బ్రేక్‌ఫాస్ట్, మధ్యాహ్నం లంచ్, ఆ తర్వాత స్నాక్స్, రాత్రి డిన్నర్.. నిద్ర పట్టనప్పుడు, కాలక్షేపానికి ఏదైనా తినాలనుకుంటే- పిజ్జాలు, బర్గర్‌లు, కేక్‌లు ఉండనే ఉంటాయి. తిన్నవారికి తిన్నంత! రోజూ క్రూజ్‌లో కొన్ని టన్నుల ఆహారాన్ని వండి వడ్డిస్తూ ఉంటారు. కడుపునిండాక మనసు కాస్తంత వినోదాన్ని కోరుకోవడం సహజమే! దానికీ కొదవ లేదిక్కడ. రకరకాల షోలూ, సినిమాలూ నడుస్తూనే ఉంటాయి. వీటిని ప్రదర్శించటానికి అత్యాధునికమైన ఆడిటోరియాలు కూడా ఉంటాయి. మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్ ఆడిటోరియంలో అయితే, ఒకేసారి మూడువేల మంది కూర్చుని చూడవచ్చు. అంతర్జాతీయంగా పేరుమోసిన కళాకారులు ఇక్కడ ప్రదర్శనలు ఇస్తుంటారు. ఆ షోలేవీ నచ్చకపోతే, గదిలో కూర్చుని ఇష్టమైన సినిమాలను చూసుకొనే అవకాశమూ ఉంది. ప్రతి రూమ్‌లోనూ ఓ టీవీ ఉంటుంది. అందులో కొత్తకొత్త ఇంగ్లీషు సినిమాలు వస్తుంటాయి. నాలుగు గోడల మధ్య గడపడం ఇష్టం లేకపోతే... అన్నింటికన్నా పైన ఉండే డెక్‌లో, 30 అడుగుల వెడల్పున్న ఎల్‌ఈడీ స్క్రీన్‌లో సినిమాలు చూడవచ్చు. ఏదో ఓ దేశంలో క్రూజ్‌షిప్ ఎక్కేసి... ఎంతోకొంత దూరం సముద్రంలో ప్రయాణించి నేరుగా ఇంకేదో దేశంలో దిగిపోతే మజా ఏం ఉంటుందీ? అలాంటి, నిస్సారమైన యాత్రల్ని చాలా మంది ఇష్టపడరు. అందుకే క్రూజ్ నౌకలు మధ్యలో ఒక రోజు సమీపంలోని పోర్టులో ఆగుతాయి. ఉదాహరణకు దుబాయ్ నుంచి షాంగై వెళ్లే నౌక- కొచ్చిన్‌లో, కొలంబోలో, సింగపూర్‌లో కూడా ఆగుతుంది. సాధారణంగా షిప్ ఉదయం పూట ఆగుతుంది. సాయంత్రం మళ్లీ బయల్దేరుతుంది. ఆ సమయంలో యాత్రికులు ఎన్నోకొన్ని ప్రదేశాలు చూసి రావచ్చు. ఓ కొత్త దేశంలో కాలుపెట్టిన సంతృప్తి ఉంటుంది.

సౌకర్యాలనేకం..

తినటానికి ఆహారం.. చూడటానికి సినిమాలు.. కాలక్షేపానికి షోలు ఉంటే సరిపోతుందా? మరీ ఎక్కువ కాలం క్రూజ్‌లలో ప్రయాణించే వారికి... ఏదో ఓ దశలో అవన్నీ బోర్ కొట్టేస్తాయి. కొన్ని కొన్ని క్రూజ్‌లు అయితే, దాదాపు మూడు వారాలు ప్రయాణిస్తాయి. అంటే దాదాపు 21 రోజులు క్రూజ్‌లోనే ఉండాల్సి వస్తుంది (ఆస్ట్రేలియా వంటి దేశాలకు చెందిన యాత్రికులు సాధారణంగా ఎక్కువ కాలం ప్రయాణించే క్రూజ్‌లనే ఎంచుకుంటారు). అలాంటి వారి కోసం లైబ్రరీ, లాండ్రీ వంటి సౌకర్యాలు కల్పిస్తున్నారు. ఒకప్పుడు నడి సముద్రంలో ఇంటర్నెట్, మొబైల్స్ పనిచేసేవి కావు. శాటిలైట్ నెట్‌వర్క్ పుణ్యమాని- ఇప్పుడు, ఇంటర్నెట్ కూడా అందుబాటులోకి వచ్చేసింది. ఒకప్పుడు క్రూజ్ నౌక ఎక్కితే- దిగేదాకా బయటి ప్రపంచంతో ఎటువంటి కమ్యూనికేషన్

ఎంపిక ఎలా?

రాయల్ కరేబియన్, క్రూజ్ ప్రొఫెషనల్స్, నార్వేజియన్ క్రూజ్ వంటి సంస్థలు ఆసియా మార్కెట్లపై కన్ను వేశాయి. దీంతో పర్యాటకులకు అనేక ప్రత్యామ్నాయాలు అందుబాటులోకి వస్తున్నాయి. మన దేశం నుంచి క్రూజ్‌కు వెళ్లాలనుకున్న వారు- సింగపూర్, హాంకాంగ్, దుబాయ్, షాంగైల నుంచి నౌకలు ఎక్కవచ్చు. ఇవి కూడా రెండు రకాలుగా ఉంటాయి. కొన్ని ట్రిప్పులు- ఒక దేశం నుంచి బయలుదేరి అదే దేశానికి మళ్లీ చేరతాయి. ఉదాహరణకు సింగపూర్‌లో బయలుదేరిన క్రూజ్ షిప్- మలేసియా, థాయ్‌లాండ్ వంటి దేశాల మీదుగా మళ్లీ సింగపూరే చేరుకుంటుంది. మరి కొన్ని ట్రిప్పులు ఒక దేశంలో బయలుదేరి మరో దేశంలో ముగుస్తాయి. ఉదాహరణకు మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్ నౌక- రోమ్‌లో బయలుదేరి దుబాయ్ మీదుగా ప్రయాణించి షాంగైకు చేరుకుంటుంది. ఈ మధ్యలో కొచ్చిన్ , కొలంబో, సింగపూర్ వంటి నగరాలకు వెళ్తుంది. ఇలాంటి నౌకలలో ఏ నగరంలో నుంచైనా ఎక్కే వెసులుబాటు ఉంటుంది. ఒకప్పుడు మన దేశం మీదగా వెళ్లే క్రూజ్ నౌకలు తక్కువ ఉండేవి. ఒక వేళ వెళ్లినా- అవి ఆగేవి కాదు. ఇటీవల ప్రభుత్వం తీసుకున్న విధానపరమైన నిర్ణయాల వల్ల ఈ నౌకలు కొచ్చిన్‌లో ఆగుతున్నాయి. క్రూజ్‌లో ప్రయాణించాలనుకొనే పర్యాటకులు తాము వెళ్దామనుకుంటున్న దేశాన్ని ముందుగా ఎంపిక చేసుకొని.. అక్కడ కూడా రెండుమూడు రోజులు ఉండేలా ప్లాన్ చేసుకోవటం మంచిది. హైదరాబాద్ నుంచి కానీ విశాఖపట్నం నుంచి కానీ క్రూజ్‌లకు వెళ్లాలనుకొనేవారికి సింగపూర్ నుంచి బయలుదేరే నౌకలు సౌకర్యంగా ఉంటాయి.





ఉండేది కాదు.

ఇప్పుడా ఇబ్బంది లేదు. నౌకలోంచే ఎవరికైనా మెయిల్స్ పంపుకోవచ్చు.. సుదూర ప్రపంచంలో ఏం జరుగుతోందో తెలుసుకోవచ్చు. వ్యాయామం చేయాలనుకొనే వారి కోసం జిమ్‌లూ, జాగింగ్ ట్రాక్‌లూ ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. క్రీడాప్రియుల కోసం బాస్కెట్‌బాల్ కోర్టుల్లాంటివి సిద్ధం చేస్తున్నారు. మెజిస్టిక్ ప్రిన్సెస్ వంటి లగ్జరీ నౌకల్లో వీటితో పాటుగా మినీ గోల్ఫ్ కోర్టు, టెన్నిస్ కోర్టు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

భద్రత మాటేమిటి?

క్రూజ్ నౌకల్లో సకల సౌకర్యాలూ ఉండవచ్చు. ఆ వారం పదిరోజులూ రాజభోగాలు అనుభవించవచ్చు. అంతవరకూ సంతోషమే. కానీ, నడి సంద్రంలో అనుకోని సంఘటన జరిగితే, ఏ ప్రకృతి వైపరీత్యాలో సంభవిస్తే, ఏ సముద్రపు దొంగలో దాడికి తెగిస్తే? ఆ భయాలేం అక్కర్లేదు. వాటిని ఎదుర్కోవటానికి క్రైసిస్ మేనేజ్‌మెంట్ టీమ్ సిద్ధంగా ఉంటుంది. "సముద్రపు అలలు ఎంత ఎగిసిపడినా ఫర్వాలేదు. కానీ తీవ్రమైన గాలులు వీస్తే మాత్రం కాస్తంత ఇబ్బందే! అప్పట్లో సముద్రయానంలో జీపీఎస్ వంటి పరికరాలు అందుబాటులో ఉండేవి కావు. దిక్సూచి ఆధారంగానే నౌకను నడపాల్సి వచ్చేది. ఇప్పుడు అత్యాధునిక కంప్యూటర్ వ్యవస్థ వచ్చేసింది. నౌక వెళ్తున్న మార్గం.. నౌక ప్రయాణిస్తున్న వేగం.. చుట్టుపక్కలున్న నౌకల వివరాలు.. అన్నీ ఎప్పటికప్పుడు తెలుస్తున్నాయి.

నౌకలోని జీపీఎస్ వ్యవస్థ- ప్రతి సెకనుకు ఒకసారి ఉపగ్రహాలకు సంకేతాలు పంపుతూ ఉంటుంది. ఈ సమాచారం ఆధారంగా తీరంలో ఉన్నవారు నౌక ఎక్కడ ఉందో కచ్చితంగా చెప్పగలుగుతున్నారు.." అని క్రూజ్ వ్యవస్థల గురించి వివరిస్తారు కెప్టెన్ డొమైనిక్. ఒక వేళ ఎప్పుడైనా తుపానులాంటి ప్రకృతి వైపరీత్యాలు వచ్చి నౌకకు ప్రమాదం ఏర్పడినా- సహాయం అందించటానికి సమీపంలోని నౌకలను పురమాయిస్తారు. ఇటీవలి కాలంలో సముద్రపు దొంగల వల్ల క్రూజ్ నౌకలకు అప్పుడప్పుడూ అంతరాయం ఏర్పడుతోంది. ఇదీ తీవ్రంగా భయపడాల్సిన సమస్య కాదు. క్రూజ్ నౌకల్లో కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు ఉంటాయి. ప్రతి డెక్‌లోనూ భద్రతా సిబ్బంది ఉంటారు. గల్ఫ్ ఆఫ్ ఎడెన్ వంటి రూట్లలో ప్రయాణించేటప్పుడు మాత్రం, సముద్రపు దొంగలు దాడి చేస్తారనే భయం మరీ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అలాంటప్పుడు, పరిసరాల్లోని నౌకలన్నీ కలిసి ఓ బృందంగా ముందుకు సాగుతాయి. ఇంకా సమస్య ఉందనుకుంటే- ప్రయాణిస్తున్న మార్గంలోని నౌకాదళాల సాయమూ తీసుకుంటారు. ఇక, సందేహాలన్నీ పక్కనపెట్టి సముద్ర ప్రయాణాన్ని ఆస్వాదించడమే! క్రూజ్‌షిప్‌తో ఫ్రెండ్‌షిప్ చేసేయడమే!

- సివిఎల్ఎన్ ప్రసాద్

చెక్ లిస్ట్

రాయల్ కరేబియన్, క్రూజ్ ప్రొఫెషనల్స్, స్టార్ క్రూజెస్- ఇలా అనేక అంతర్జాతీయ కంపెనీలు తమ సేవలను అందిస్తున్నాయి. ఆయా కంపెనీల నౌకలు విలాసాల విషయంలోనూ, సౌకర్యాల విషయంలోనూ ఒక దానితో ఒకటి పోటీ పడుతుంటాయి. అందువల్ల క్రూజ్‌ను బుక్ చేసే ముందు ఏఏ సౌకర్యాలు అందుబాటులో ఉన్నాయనే విషయాన్ని జాగ్రత్తగా గమనించాలి. ఉదాహరణకు రాయల్ కరేబియన్ నౌకలో లేజర్ షూటింగ్ రేంజ్‌లు, మినీ గోల్ఫ్ కోర్సులు ఉండవు. దీన్ని గమనించిన క్రూజ్ ప్రొఫెషనల్స్ కొన్ని నౌకల్లో లేజర్ షూటింగ్ రేంజ్‌లు, మినీ గోల్ఫ్ కోర్సులను ప్రవేశపెట్టింది. దీనికి పోటీగా నార్వేజియన్ క్రూజెస్ కంపెనీ- తమ నౌకలో ఓపెన్ ఎయిర్ లేజర్ ట్యాగ్ కోర్సు, గోకార్టింగ్ రేస్ ట్రాక్, వర్చువల్ రియాలిటీ గేమ్స్‌తో పాటు రెండు వాటర్ స్లైడ్స్‌ను పరిచయం చేసింది. ఎక్కువ సౌకర్యాలున్న క్రూజ్‌ను ఎంపిక చేసుకోవటం మంచిది. షిప్‌ల వివరాలు, సౌకర్యాలు, వాటికి అయ్యే ఖర్చు.. ఇవన్నీ వివిధ కంపెనీల వెబ్‌సైట్లలో అందుబాటులో ఉంటాయి.

- ఇటీవలి కాలంలో చాలా క్రూజ్‌లలో పిల్లల కోసం ప్రత్యేకమైన క్లబ్‌లను ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. ఈ కిడ్స్ క్లబ్‌లలో పిల్లలను వదిలిపెట్టి, పెద్దవారు ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లవచ్చు.
- క్రూజ్ షిప్‌లలో టిక్కెట్ల ఖరీదు- ఆ బృందంలో ఎంత మంది వెళ్తున్నారనేదానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు ఒక కుటుంబంలో నలుగురు ఉంటే- మొదటి వ్యక్తికి వెయ్యి డాలర్లు, రెండో వ్యక్తికి 500 డాలర్లు, మూడో వ్యక్తికి 350 డాలర్లు... ఇలా తగ్గుతూ వస్తుంది. అందరి టిక్కెట్లను కలిపి సగటు చేస్తే ఖర్చు బాగా తగ్గుతుంది. అందువల్ల - బృందంగా వెళ్లటం మంచిది. ఆ ప్రకారంగా ఓ చిన్న కుటుంబానికి క్రూజ్ ఛార్జీలు రూ. లక్ష నుంచి లక్షా పాతిక వేల దాకా ఉంటాయి.
- ఒకసారి క్రూజ్ ఎక్కిన తర్వాత- షాపింగ్ తప్ప ఇతర ఖర్చులేమీ ఉండవు. కానీ వివిధ దేశాల్లో ఆగినప్పుడు- షోర్ ఎక్స్‌కర్షన్స్‌కు అదనంగా చెల్లించాల్సి ఉంటుంది.
- క్రూజ్‌లలో ప్రయాణించటానికి అవసరమైన వీసాలను మనమే తీసుకోవాలి. వీసాలకు క్రూజ్ కంపెనీ బాధ్యత వహించదు.
- క్రూజ్‌లలో వెళ్లేటప్పుడు వీలైనంత తక్కువ లగేజీని పట్టుకువెళ్లటం మంచిది. బట్టలు కూడా తక్కువే తీసుకెళ్లడం ఉత్తమం.



దైవమ్

భక్తుల కల్పతరువు వరలక్ష్మి...

శ్రావణమాసంలో సిరులదేవత... నట్టింట్లోకి నడుస్తూ వస్తుందని ఓ నమ్మకం. ఆ వరలక్ష్మిని చిరునవ్వుతో స్వాగతించాలి. భక్తితో పూజలు చేయాలి. ప్రపత్తితో అష్టోత్తర నామాలు పఠించాలి. నిష్ఠగా నైవేద్యాలు సమర్పించాలి.

శుద్ధలక్ష్మీ ర్మోక్షలక్ష్మీ ర్జయలక్ష్మీస్సరస్వతీ
శ్రీర్లక్ష్మీ ర్వరలక్ష్మీ శ్చ ప్రసన్నా మమ సర్వదా

ఇది లక్ష్మీదేవి ధ్యానశ్లోకం. ఇందులో శుద్ధలక్ష్మీ మోక్షలక్ష్మీ జయలక్ష్మీ సరస్వతీ తదితర అమ్మవార్ల ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. చివరగా ఉన్న పేరే వరలక్ష్మి. అయితే, లక్ష్మీదేవి గురించి చెప్పేటప్పుడు సరస్వతి ప్రస్తావన ఎందుకూ? అన్న సందేహం కలగవచ్చు. సరస్వతీ పూజ అంటే విద్యాలక్ష్మి పూజ అనీ అర్థం. దోష శుద్ధి కోసం శుద్ధలక్ష్మినీ, మోక్షం కోసం మోక్షలక్ష్మినీ, జయం కోసం జయలక్ష్మినీ, విద్యా ప్రాప్తి కోసం సరస్వతినీ లేదా విద్యాలక్ష్మినీ, సంపదల కోసం శ్రీలక్ష్మినీ, సకల సౌభాగ్యాలూ సుఖశాంతులూ ఆనందానురాగాల కోసం వరలక్ష్మినీ భక్తితో పూజించమని పెద్దలు ప్రబోధించారు. అవే సంప్రదాయాల రూపంలోకి వచ్చాయి. ఆ సంప్రదాయాల క్రమంలోనే వరలక్ష్మీ వ్రతం ఆవిర్భవించింది.

శ్రావణ పౌర్ణమికి ముందు వచ్చే శుక్రవారం నాడు వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని ఆచరిస్తారు. ఆ రోజు చెయ్యటం కుదరని పక్షంలో, శ్రావణమాసంలోని మిగిలిన శుక్రవారాలలో కూడా చేయవచ్చు. ఈ సంప్రదాయం ఇప్పటిది కాదు. పురాణకాలం నుంచీ ఉంది. వ్రతానికి సంబంధించిన వివరాలు భవిష్యోత్తర పురాణంలో కనిపిస్తాయి. సాక్షాత్తూ పరమేశ్వరుడే పార్వతీదేవికి ఈ వ్రతాన్ని ఉపదేశించాడు. ఆ అమ్మ వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని భక్తిశ్రద్ధలతో చేసినట్టు పురాణకథ వల్ల తెలుస్తోంది.

సౌభాగ్యప్రదం

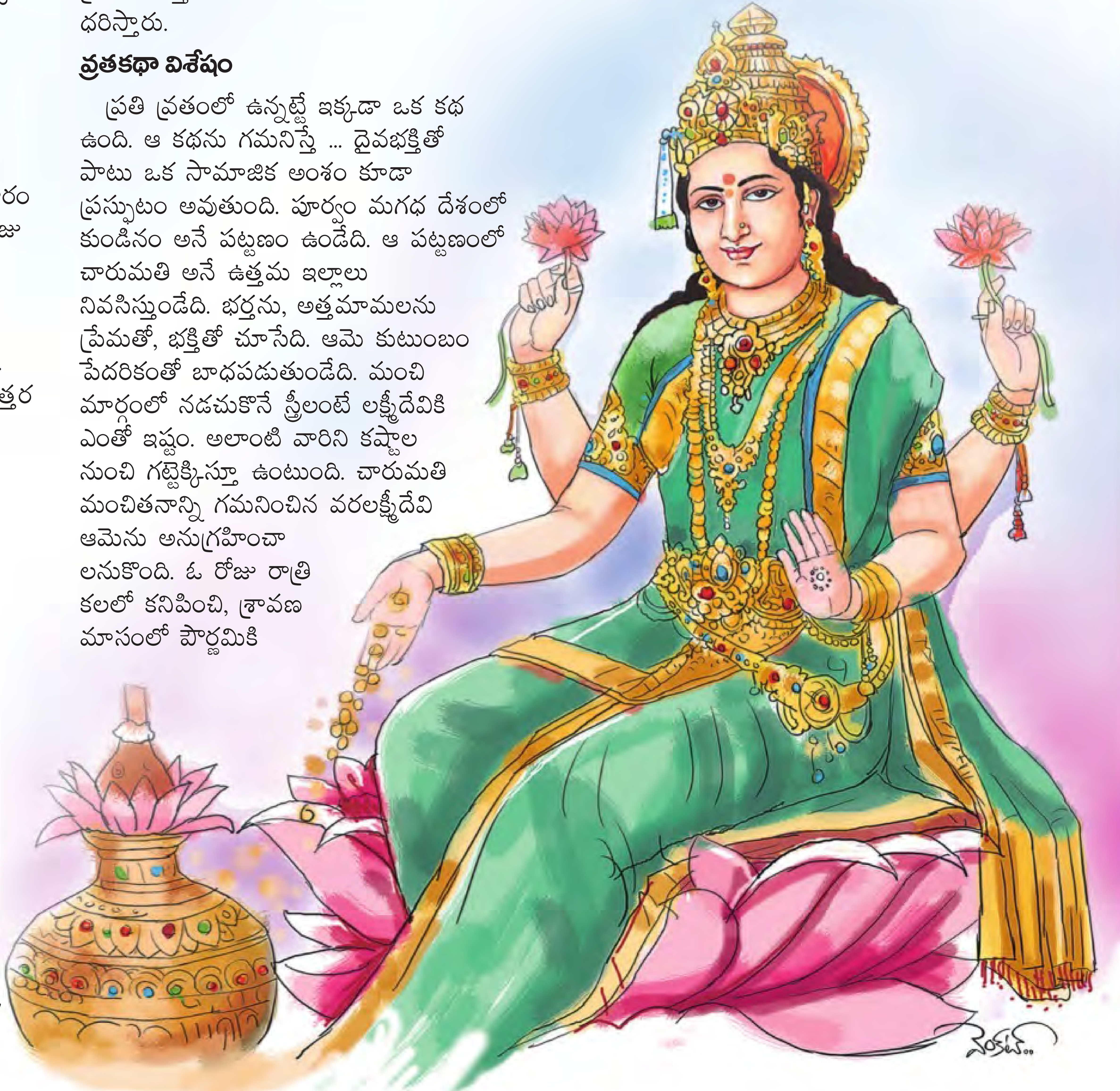
స్త్రీలకు అయిదోతనాన్ని ప్రసాదిస్తూ, ఆ ఇంట పుత్రపౌత్రాది సంపదలను కలిగించటమే వరలక్ష్మీ వ్రత లక్ష్యమని శివుడు పార్వతీదేవికి వివరించాడు. ప్రత్యేకించి వరాలను ఇచ్చే దేవత కాబట్టి, ఈ వ్రతంలో లక్ష్మీమాతకు వరలక్ష్మి అన్న పేరొచ్చింది. వ్రతం నాటి రోజు సూర్యోదయానికి ముందే నిద్ర లేచి, అభ్యంగన స్నానాదులను ముగించాలి. ఆ తర్వాత ఉన్నంతలో మంచి వస్త్రాలను ధరించాలి. ఇంట్లో పూజ కోసం నిర్ణయించుకొన్న స్థలాన్ని ఆవుపేడతో అలకాలి. ఆ శుభ్రమైన ప్రదేశంలో పద్మాన్ని తీర్చిదిద్ది దానిమీద ఒక పీటను అమర్చాలి. పీట మీద బియ్యం పోసి, ఆ బియ్యం మీద కలశాన్ని పెట్టాలి. ఆ కలశం మీద ఉంచాల్సిన కొబ్బరికాయను ప్రత్యేక రీతిలో అమ్మవారి ముఖంలాగా తీర్చిదిద్దే పద్ధతుంది. కొబ్బరికాయకు పసుపు, కుంకుమ, కాటుకలతో ముక్కు చెవులను సింగారిస్తారు. చెవులకు దిద్దులు, ముక్కుకు పుడక అమర్చుతారు. నేత్రాలను, కనుబొమలను, బొట్టును ముచ్చటగా ఆ కొబ్బరికాయకు దిద్దుతారు. ఎంత భక్తి శ్రద్ధలతో చేస్తే అంత చక్కగా ఆ తల్లి ముఖారవిందం రూపొందుతుంది. అలా తీర్చిదిద్దిన రూపాన్ని... అంతకుముందు సిద్ధం చేసిన కలశంపై ఉంచుతారు. ఆ తర్వాత చక్కని పట్టుచీరనూ నగలనూ అలంకరిస్తారు. అన్ని పూజల్లాగానే షోడశోపచారాలు ఉంటాయి.

ఈ వ్రతంలో తోరగ్రంధిపూజ అనేది ప్రత్యేకంగా కనిపిస్తుంది. తొమ్మిది పోగులతో ఉన్న తోరాన్ని తొమ్మిది ముడులు (గ్రంధులు) వేసి ఒక్కొక్క గ్రంధిలో ఒక్కొక్క పుష్పాన్ని ఉంచి ముడివేయాలి. అలా సిద్ధం చేసిన తోరం వరలక్ష్మీ అమ్మవారికి ప్రతిరూపం కూడా. అందుకే ఆ తోరాలను, ఎంతమంది వ్రతం చేస్తుంటే అంతమందీ తలా ఒకటి ధరిస్తారు.

వ్రతకథా విశేషం

ప్రతి వ్రతంలో ఉన్నట్టే ఇక్కడా ఒక కథ ఉంది. ఆ కథను గమనిస్తే ... దైవభక్తితో పాటు ఒక సామాజిక అంశం కూడా ప్రస్ఫుటం అవుతుంది. పూర్వం మగధ దేశంలో కుండినం అనే పట్టణం ఉండేది. ఆ పట్టణంలో చారుమతి అనే ఉత్తమ ఇల్లాలు నివసిస్తుండేది. భర్తను, అత్తమామలను ప్రేమతో, భక్తితో చూసేది. ఆమె కుటుంబం పేదరికంతో బాధపడుతుండేది. మంచి మార్గంలో నడచుకొనే స్త్రీలంటే లక్ష్మీదేవికి ఎంతో ఇష్టం. అలాంటి వారిని కష్టాల నుంచి గట్టెక్కిస్తూ ఉంటుంది. చారుమతి మంచితనాన్ని గమనించిన వరలక్ష్మీదేవి ఆమెను అనుగ్రహించాలనుకొంది. ఓ రోజు రాత్రి కలలో కనిపించి, శ్రావణ మాసంలో పౌర్ణమికి ముందు వచ్చే శుక్రవారం నాడు వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని చేయమని ఆనతిచ్చింది. వ్రత విధానాన్ని కూడా వివరించింది. చారుమతి కలలోనే ఆ అమ్మకు ప్రదక్షిణలు చేసి, నమస్సులర్పించింది. తెల్లవారిన తర్వాత ఆ విషయాన్ని తన ఇంటివారికి చెప్పింది. ఎంతో ఆనందంగా శ్రావణ పౌర్ణమికి ముందు వచ్చే శుక్రవారం కోసం అందరూ ఎదురుచూశారు. ఆ సమయం రానే వచ్చింది. కలలో అమ్మవారు చెప్పిన పద్ధతిలో వ్రతానికి అన్ని ఏర్పాట్లూ చేసింది చారుమతి. చుట్టుపక్కల ఇళ్ళలోని ముత్తయిదువులను వ్రతం చేసుకోవటానికి రమ్మని ప్రేమగా పిలిచింది. అందరూ కలిసి పద్ధతి ప్రకారం వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని ముగించి అమ్మవారికి ప్రదక్షిణలు చేయసాగారు. ఒక్కొక్క ప్రదక్షిణ చేస్తున్నప్పుడు ఆ స్త్రీల శరీరాలకు ఒక్కో బంగారు ఆభరణం వచ్చి చేరింది. చారుమతి సద్గుణ సంపన్నురాలే కానీ, స్థితిమంతురాలు కాదు. అయితే, వ్రత ప్రభావంతో సౌభాగ్యం సంపదలు వస్తాయని ఆమెకు తెలుసు. అంతమాత్రం చేత, తానొక్కతే స్వార్థంతో వ్రతం చేసుకోలేదు. తనలాంటి వారినీ, తన తోటివారినీ ఆహ్వానించింది. అందరికీ మేలు జరగాలన్న లక్ష్యంతోనే ఆ నిర్ణయం తీసుకుంది. చారుమతిలానే అందరూ తోటివారి సంక్షేమాన్ని ఆకాంక్షించాలన్న మంచి ఆలోచనలతో వరలక్ష్మీ వ్రతం అవతరించినట్లు మనం అర్థం చేసుకోవాలి.

- శ్రీమల్లి, 73829 27069



మహేష్‌కు ఫిట్‌నెస్ సలహాలిస్తుంటా...!

బ్యాడ్మింటన్‌లో అంతర్జాతీయ స్థాయి ఆటగాడు అదే ప్రొఫెషన్‌ను ఎంచుకోకుండా, వ్యాపార రంగంలోకి అడుగు పెట్టాడు. అక్కడ చేదు అనుభవాలను మూటగట్టుకుని క్రాస్‌రోడ్స్‌లో నిల్చున్న అతడి దృష్టి సినీరంగంపై పడింది. అప్పటికే 'సూపర్‌స్టార్స్' (కృష్ణ, మహేష్‌బాబు) కుటుంబంలో సభ్యుడైనప్పటికీ, ఎవరి పేరు చెప్పుకోకుండా నటుడిగా సొంతంగా ఎదగాలనుకున్నాడు సుధీర్‌బాబు. తొలిచిత్రం 'ఎస్ఎంఎస్' నుంచి తాజా 'శమంతకమణి'దాకా సుధీర్‌బాబు సినీ ప్రయాణంలో మలుపులు చాలానే ఉన్నాయి. వాటి గురించి అతడి మాటల్లోనే...

చిన్నతనంలో నేను పోకిరి పనులు చాలా చేసేవాణ్ణని అమ్మ చెబుతుంటుంది. నేను ఇంట్లో ఉన్నానంటే చాలు, మా ఇంటికి రావాలంటే ఎవరైనా భయపడేవారట. దాంతో 'వీడిని భరించడం కష్టం' అని నాన్నగారు (పోసాని నాగేశ్వరరావు) ఎల్‌కేజీకే ఊటీలోని రెసిడెన్షియల్ స్కూల్లో చేర్పించారు. మాది విజయవాడ. నాన్న వ్యాపారవేత్త. క్రిమిసంహారకాల కంపెనీ ఉండేది. అది హైదరాబాద్ పరిసరాల్లో ఉన్నప్పటికీ దాని ప్రధాన కార్యాలయం విజయవాడలో ఉండేది. ఎల్‌కేజీ, యూకేజీ ఊటీలో చదివిన తర్వాత నా మీద జాలిపడి గుంటూరు సమీపంలోని నల్లపాడు దగ్గరున్న 'లయోలా స్కూల్లో' చేర్పించారు. నాలుగో తరగతి చదువుతున్నప్పుడే బ్యాడ్మింటన్ వైపు ఆకర్షితుడినయ్యా. దండమూడి రాజగోపాల్ ఇండోర్ స్టేడియంలో రెగ్యులర్‌గా బ్యాడ్మింటన్ నేర్చుకునేవాడిని.

అదే సమయంలో స్పోర్ట్స్ అథారిటీ వారు జాతీయస్థాయిలో 11 మందిని సెలెక్ట్ చేశారు. అందులో నేనొకణ్ణి. ఆ శిక్షణలో భాగంగా ఆరవ తరగతి నుంచి సిద్ధార్థ్ పబ్లిక్ స్కూల్లో హాస్టల్‌లో ఉంటూ చదువుకున్నా. ఆ స్కూల్లో చేతన్ ఆనంద్ (జాతీయ బ్మాడ్మింటన్ చాంపియన్, అర్జున అవార్డు గ్రహీత) నా జూనియర్. ప్రాక్టీస్‌లో మాకు కొందరు అవసరమై నేనే అతడిని పిక్ చేశాను. నిరంతర సాధనతో బ్యాడ్మింటన్ జూనియర్స్‌లో రాష్ట్రంలోనే మొదటిర్యాంకు సాధించాను. ఆ తర్వాత జాతీయస్థాయిలో రాణించాను. జూనియర్ బ్యాడ్మింటన్ వరల్డ్‌కప్ ప్రాబబుల్స్‌గా కూడా ఎంపికయ్యాను. ఇంటర్ కూడా అక్కడే పూర్తిచేసిన తర్వాత, బెంగళూరులోని ఎం.ఎస్. రామయ్య ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ టెక్నాలజీలో సీటు వచ్చింది. బ్యాడ్మింటన్‌లో మరిన్ని మెళకువలు నేర్చుకునేందుకు ప్రకాష్ పదుకొనే అకాడమీలో చేరాను. అక్కడే నాకు పుల్లెల గోపీచంద్ పరిచయమయ్యారు. మేమిద్దరం కలిసి డబుల్స్ ఆడేవాళ్లం.

అలా 'ఆనందం' మిస్సయ్యింది ...

ఇంజనీరింగ్ తర్వాత హైదరాబాద్‌లోని మహర్షి ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ మేనేజ్‌మెంట్‌లో ఎంబీఏలో చేరాను. అప్పట్లో సోమాజీగూడలోని అమృతామాల్‌లో 'బౌలింగ్ ఆలే' గేమ్ ఉండేది. అక్కడికి రెగ్యులర్‌గా వెళ్తుండేవాణ్ణి. సినిమావాళ్లు కూడా చాలామంది వచ్చేవారు. ఒకరోజు దర్శకుడు శ్రీనువైట్ల గారు నన్ను చూసి 'ఆనందం' అనే సినిమా తీయబోతున్నాననీ, అందులో హీరోగా నటించమనీ అడిగారు. నేను ఆయన ఇచ్చిన ఆఫర్‌ను లైట్ తీసుకున్నా. కానీ ఆ సినిమా విడుదలైన తర్వాత 'నేను చేసి ఉండాల్సిందే' అనుకున్నాను. నిజానికి చిన్నప్పుడు సినిమాలు చూసి అందులోని డైలాగులను ఇంట్లో పదే పదే వల్లించేవాణ్ణి. కానీ సినిమాల్లో నటించాలనే కోరిక మాత్రం ఉండేది కాదు. ఒకసారి నా క్లాస్‌మేట్, ఆప్తమిత్రుడు విష్ణువర్ధన్ (టాలీవుడ్‌లో సెలబ్రిటీ క్రికెట్ లీగ్ ఈవెంట్స్ నిర్వహిస్తాడు) కూడా కృష్ణవంశీగారి కొత్త సినిమా కోసం నాతో ఆడిషన్స్ చేయించాడు. వారు నేను స్క్రీన్‌కు పనికిరానని తేల్చేశారు.

2002 నుంచి 2006 దాకా మరో మిత్రుడు వంశీతో కలిసి ఆర్య, నువ్వొస్తానంటే నేనొద్దంటానా, బొమ్మరిల్లు, సై వంటి కొన్ని సినిమాలకు డిస్ట్రిబ్యూటర్‌గా ఉన్నాను.

బిజినెస్‌మ్యాన్‌గా నన్ను నేను నిరూపించుకోవాలనే కోరిక బలంగా ఉండేది. చిన్నప్పటి నుంచి డ్రెస్సింగ్ విషయంలో శ్రద్ధ చూపేవాడిని. దుస్తుల విషయంలో ఆసక్తి ఉంది కాబట్టి గార్మెంట్ ఎక్స్‌పోర్ట్ వ్యాపారం చేస్తానని ఇంట్లో చెబితే, 'రిస్కెందుకు... ఉన్న వ్యాపారాలు చూసుకోవచ్చు కదా' అన్నారు నాన్నగారు. అయినాసరే, చేవెళ్ల దగ్గర ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటుచేశాను. దురదృష్టం ఏమిటంటే సరిగ్గా అదే సమయంలో డాలర్ విలువ పడిపోయి, ఇతర సమస్యలు కూడా తోడై భారీగా నష్టం వాటిల్లింది. ఏం చేయాలో పాలుపోలేదు. పెళ్లి చేస్తే కుదురుగా ఉంటానని మా వాళ్లు సంబంధాలు చూడటం మొదలెట్టారు. అమ్మకు మహేష్‌బాబు వాళ్ల అమ్మమ్మ ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల ద్వారా పరిచయం. వాళ్లిద్దరూ మాట్లాడుకుని మహేష్ చెల్లెలు ప్రియదర్శినితో పెళ్లిచూపులు ఫిక్స్ చేశారు. తొలుత నేను పెళ్లి చేసుకోనని ఇంట్లోవాళ్లకు కరాఖండిగా చెప్పినప్పటికీ (అప్పట్లో ప్రియదర్శిని లావుగా ఉండేది) ఆ తర్వాత ఆమె వ్యక్తిత్వం నచ్చి, ఇష్టపడి 2006లో పెళ్లి చేసుకున్నాను. ఆ విధంగా 'సూపర్‌స్టార్స్' (కృష్ణ, మహేష్‌బాబు) కుటుంబంలో సభ్యుడిగా చేరాను. మాకు ఇద్దరు


భార్యతో...



పిల్లలు చరిత్ మానస్, దర్శన్.

మంజుల 'మాయ చేసింది' ...

మొదటి నుంచి సినిమా అనేది నా చుట్టే తిరుగుతున్నప్పటికీ పెద్దగా పట్టించుకోని నేను, పెళ్లయిన తర్వాత మాత్రం నటుడిగా ప్రూవ్ చేసుకోవాలనుకున్నా. ప్రియదర్శిని అక్కయ్య మంజుల అప్పట్లో పద్మాలయా స్టూడియోలో 'ఎర్త్‌బజార్' పేరిట ఒక కాఫీ షాప్ నడిపేది. అది ఆ తర్వాత మూతబడింది. ఆ మూతబడిన కాఫీషాప్‌లోనే నేను సొంతంగా యాక్టింగ్ ప్రాక్టీస్ చేసేవాణ్ణి. జిమ్‌లో పరిచయమైన శేఖర్ మాస్టర్ డాన్స్‌లో శిక్షణ ఇచ్చేవారు. అదే సమయంలో మంజుల 'ఏమాయ చేసావె' నిర్మిస్తోంది. నా సినిమా ప్రయత్నాలు నా భార్యకు, మంజులకు మాత్రమే తెలుసు. ఒకరోజు 'సినిమాలో చిన్న క్యారెక్టర్ ఉంది చేస్తావా?' అని అడిగింది మంజుల. అది గౌతమ్‌మీనన్ సినిమా కాబట్టి, నాక్కూడా టెస్టింగ్‌లాగా ఉంటుందని వెంటనే 'సరే' అన్నాను. ఆ విధంగా 'ఏమాయ చేసావె'లో సమంత అన్నయ్యగా తొలిసారిగా చిన్న పాత్రలో తెరపై కనిపించాను. అప్పటిదాకా నేను చేసిన ప్రాక్టీస్‌ను రికార్డ్ చేసి మహేష్‌బాబుకు చూపించి, 'ఎస్‌ఎంఎస్' అనే తమిళ రీమేక్ సినిమా చేయాలనుకుంటున్నట్టు చెప్పాను. అతడు ఆశ్చర్యపోయాడు. 'ఎవరైనా నిర్మాత వస్తే చేసుకోగానీ సొంతంగా తీసి చేతులు కాల్చుకోకు' అని సలహా ఇచ్చాడు.

'ఎస్‌ఎంఎస్' సినిమా కోసం అహోరాత్రులు శ్రమించాం. అష్టకష్టాలు పడి మిత్రుల సహకారంతో డబ్బులు సమకూర్చుకున్నాం. ఆ సినిమా ద్వారానే శేఖర్ మాస్టర్ తెలుగు ఇండస్ట్రీకి పరిచయమయ్యారు (సినిమా విడుదలైన తర్వాత సుకుమార్, ఎన్టీఆర్, బన్నీలు నాకు ఫోన్ చేసి అతడి నెంబర్ అడిగారు. ఆ తర్వాత శేఖర్ డాన్స్ మాస్టర్‌గా బిజీ అయ్యారు). ఇంట్లోవాళ్లని డబ్బులు అడగలేక, బయట అప్పు పుట్టక నానా తిప్పలు పడేవాణ్ణి. నగర శివార్లలో నిర్మాణమవుతోన్న ఔటర్‌రింగ్ రోడ్డు దగ్గరికెళ్లి ఒంటరిగా కూర్చునేవాణ్ణి. చివరికి సినిమా ఆఫీసులో టీలు ఇచ్చేవాడికి కూడా బాకీపడి, ఒకానొక దశలో మా మామయ్య (కృష్ణగారు) బహుమతిగా ఇచ్చిన వాచీని వాడికి ఇవ్వబోతే, నేను పడుతున్న కష్టాలు తెలుసు కాబట్టి నాపై నమ్మకంతో డబ్బులు తర్వాత తీసుకుంటానన్నాడు. నన్ను నేను ప్రూవ్ చేసుకోవాలనే గట్టి పట్టుదలతోనే ఎవరి సాయాన్నీ కోరలేదు.

'ప్రేమకథా చిత్రమ్' తో గుర్తింపు...

అప్పటిదాకా నన్ను హేళన చేసిన వారి మాటల్ని పాజిటివ్‌గా తీసుకున్నా కాబట్టి, రెగ్యులర్ సినిమాలు చేయకుండా డిఫరెంట్ సినిమాలు చేస్తేనే ఇండస్ట్రీలో మనుగడ ఉంటుందని బలంగా నమ్మాను. అందుకే దర్శకుడు మారుతి ఐదారు కథలు చెబితే వాటిల్లో 'ప్రేమకథా చిత్రమ్' ఎన్నుకున్నా. అది సూపర్‌హిట్ కావడంతో నా నిర్ణయం సరైనదేనని రుజువైంది. ఆ తర్వాత 'ఆడు మగాడ్రా బుజ్జీ', 'దొంగాట', 'కృష్ణమ్మ కలిపింది ఇద్దరినీ', 'మోసగాళ్లకు మోసగాడు', 'భలే మంచి రోజు', 'శ్రీశ్రీ'ల్లో నటించాను. చిన్నప్పుడు విజయవాడలో మా ఇంటి దగ్గర వెంకటేశ్వర థియేటర్ ఉండేది. అందులో ఇంగ్లీష్ సినిమాలు ఆడేవి. జాకీచాన్ సినిమాలు చూసీచూసీ, నేను నటించిన సినిమాల్లో కూడా రోలింగ్ టైటిల్స్‌లో యాక్షన్ సన్నివేశాలు పెట్టేవాడిని. వాటిని యూట్యూబ్‌లో చూసి బాలీవుడ్ నిర్మాతలు 'బాఘీ' ('వర్షం' రీమేక్)లో విలన్ క్యారెక్టర్ ఆఫర్ చేశారు. అందులో టైగర్‌ష్రాఫ్, శ్రద్ధాకపూర్‌లతో కలిసి నటించాను. సోలో హీరోగా చేస్తున్నప్పటికీ, కథ బాగుంటే 'శమంతకమణి'లాగా ఇతర హీరోలతో స్క్రీన్ షేర్ చేసుకోవడానికి నాకు ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదు.

పుల్లెల గోపీచంద్‌గా...

ఒకప్పుడు నాతో కలిసి బ్యాడ్మింటన్ ఆడిన పుల్లెల గోపీచంద్ పాత్ర నాకే వస్తుందని నేనెప్పుడూ ఊహించలేదు. అతడి జీవిత కథ ఆధారంగా తెలుగు, హిందీ భాషల్లో తెరకెక్కనున్న బయోపిక్‌లో నేను టైటిల్ రోల్ చేస్తుండటం విశేషం. ఈ సినిమా కోసం గోపీచంద్ బాడీ లాంగ్వేజ్‌ను అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నంలో ఉన్నా.

కృష్ణగారిలాగే నా భార్య ప్రియదర్శిని కూడా ఒక సినిమా చూడగానే దాని ఫలితాన్ని నిర్మొహమాటంగా చెప్పేస్తుంది. ఆమెతో కలిసి సినిమాలు చూడటమంటే నాకు భలే సరదా. పండగలకు, ఫంక్షన్లకు కృష్ణగారి కుటుంబమంతా ఆయన ఇంట్లో చేరితే ఆ సందడి హిట్ సినిమాను తలపిస్తుంది.

● **చల్లా శ్రీనివాస్**

క్రీడాకారుణ్ణి కాబట్టి సహజంగానే ఫిట్‌నెస్‌పై ఎక్కువ శ్రద్ధ పెడతా.

మహేష్, నేనూ కలిస్తే ఫిట్‌నెస్ గురించే మాట్లాడుకుంటాం. అతడికి సలహాలు కూడా ఇస్తుంటా.

మహేష్‌బాబు నటించిన సినిమాల్లో ఖలేజా, వన్‌లు నా ఫేవరెట్. 'ఖలేజా'లో ఎలా ఉంటాడో ఇంట్లో కూడా అలాగే సరదాగా ఉంటాడు. అదే అతడి ఒరిజినల్ క్యారెక్టర్.

అక్క (కరుణ) యు.ఎస్‌లో డాక్టర్. భరతనాట్యం, కూచిపూడిలో దిట్ట. అప్పట్లోనే రామ్‌గోపాల్‌వర్మ ఆమెకు సినిమా ఆఫర్ ఇచ్చారు. అయితే అక్క ఇంట్రెస్ట్ చూపలేదు.

కాలేజీలో చదువుతున్నప్పుడు కొన్నాళ్లు కృష్ణగారి అభిమాన సంఘానికి ప్రెసిడెంట్‌గా కూడా ఉన్నాను.

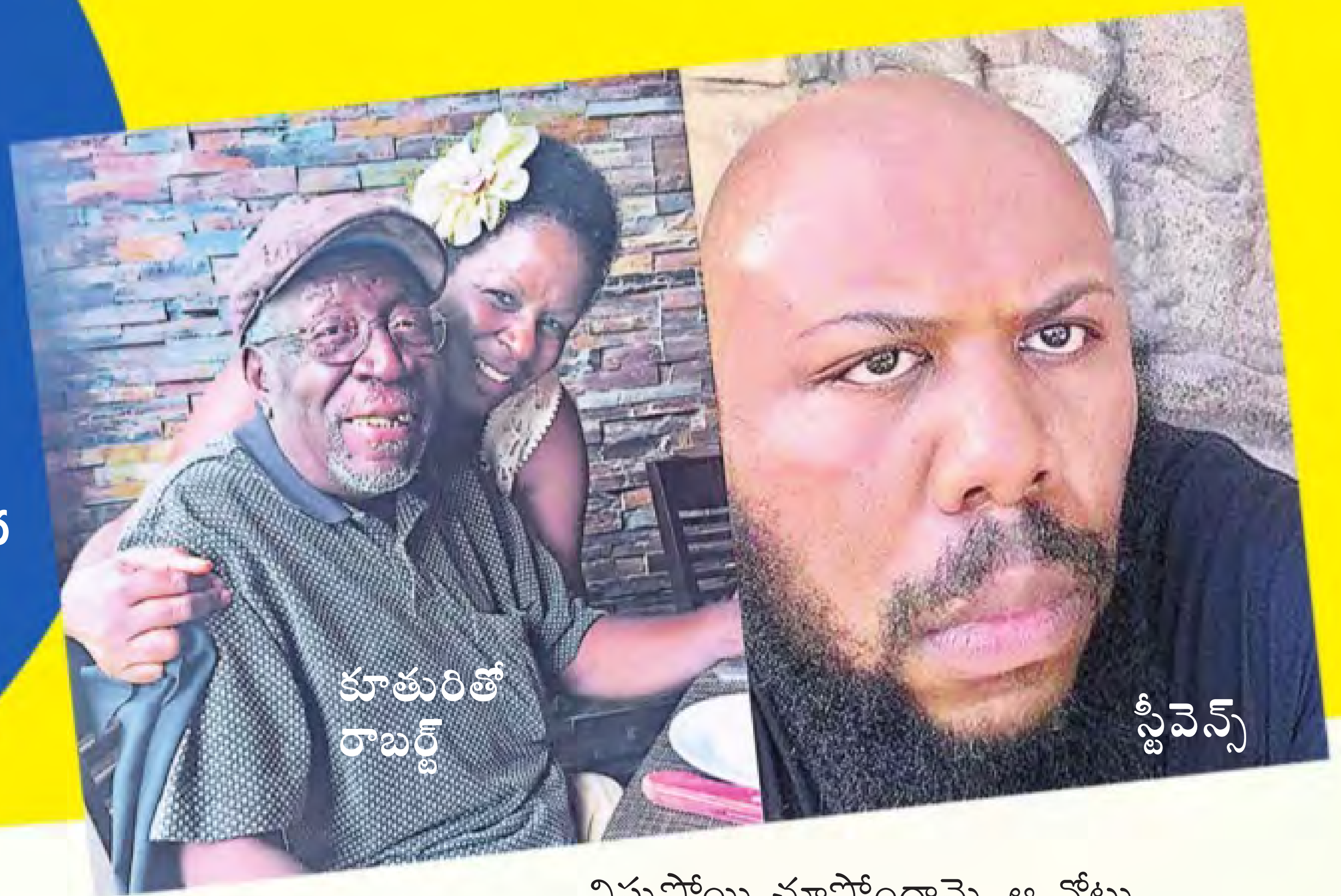
నా పిల్లలు ఇద్దరూ జిమ్నాస్టిక్స్ నేర్చుకుంటున్నారు.



చికెన్ నగెట్స్!

ఫోంచేసి వస్తున్న వాణ్ణి చంపి, భోజనానికెళ్ళి చచ్చాడు...

74 ఏళ్ల రాబర్ట్ ఆ రోజు కూతురి ఇంట్లో ఫోంచేసి తన గ్యారేజీకి పోతున్నాడు. అతణ్ణి చూసి స్టీవెన్స్ ఉత్సాహ పడ్డాడు. సెల్‌ఫోన్ తీసి కెమెరాలో "మనం చంపడానికి ఫైనల్‌గా ఒకడు దొరికాడబ్బా!" అని వెకిలి నవ్వు నవ్వుకుని, రాబర్ట్‌ని ఆపాడు.



కూతురితో రాబర్ట్

స్టీవెన్స్

క్రైమ్ స్టోరీ

"ఏదీ ఓసారి జాయ్‌లేన్ అనమ్మా కెమెరాలో!" అన్నాడు.

"ఎందుకనాలి? అదెవత్తి?" నిలదీశాడు రాబర్ట్.

"మన పిల్లే, దాని గురించే చంపాల్సి వచ్చింది నిన్ను!" అని చటుక్కున రివాల్వర్ తీసి రాబర్ట్ నుదుటికి పెట్టేశాడు స్టీవెన్స్. బిగుసుకుపోయాడు రాబర్ట్. ఇంకో వెకిలి నవ్వునవ్వి, కెమెరా ఫోకస్ చేసి ట్రిగ్గర్ నొక్కాడు స్టీవెన్స్. బుల్లెట్ దూసుకొచ్చి కుప్పకూలాడు రాబర్ట్. రక్తంతో తడిసిపోతున్న అతడి మొహం మీదికి కెమెరా తిప్పి, వీడియో తీసి, పరారయ్యాడు స్టీవెన్స్.

అట్టుడికింది క్లీవ్‌లాండ్ పట్టణం ఈ ఘటనకి...

పోలీస్ చీఫ్ విలియమ్స్ తక్షణం గాలింపు బృందాల్ని రంగంలోకి దింపాడు. కానీ ఎవర్ని గాలించాలో అర్థంగాలేదు. చూసిన సాక్షులెవరూ లేరు.

రెండు గంటల తర్వాత, ఫేస్‌బుక్‌లో ఒక వీడియో వైరల్ అయింది. సంచలనం రేగింది. రాబర్ట్‌ని హంతకుడు షూట్ చేసి చంపుతున్న దృశ్యం, అంతకి ముందు మాట్లాడిన మాటలు!

చూస్తే గర్ల్ ఫ్రెండ్‌తో చెడి, ఎవరో దారిని పోతున్న రాబర్ట్ మీద ప్రతాపం చూపాడని అర్థమయింది. వెంటనే హంతకుడి సమాచారం కోసం 50 వేల డాలర్లు బహుమానం ప్రకటించాడు పోలీస్ చీఫ్. అదే సమయంలో పెన్సిల్వేనియా, న్యూయార్క్, మిచిగాన్, ఇండియానా ప్రాంతాల్లో ప్రజల్ని అప్రమత్తం చేశారు.

గాలింపు బృందం స్టీవెన్స్ గర్ల్ ఫ్రెండ్ జాయ్‌లేన్‌ని పట్టుకుంది. ఆ వీడియో చూసి కాల్ చేస్తున్నా అతను రెస్పాండ్ అవడం లేదని చెప్పిందామె.

"ఎలా చెడింది మీకు?"

"గాంబ్లింగ్ - వద్దంటే విన్పించుకోలేదు"

బృందం స్టీవెన్స్ తల్లిని కూడా పట్టుకుంది. అతను ఇంటికొచ్చి, నేనిక కన్పించనని చెప్పేసి వెళ్లిపోయాడని అందామె.

"ఎక్కడి కెళ్ళాడు?"

"ఏమో -ఇందాక కాల్ చేస్తే... జాయ్ కట్ చేసింది నన్ను, పిచ్చెక్కుతోంది నాకు, ఇంకొందర్నీ చంపాలి- అన్నాడు సర్" అంది స్టీవెన్స్ తల్లి.

ఈ సమాచారం చీఫ్‌కి పాస్ చేసి బృందం కేసినో కెళ్ళింది. స్టీవెన్స్ ఫేస్‌బుక్‌లో అప్‌లోడ్ చేసిన వీడియో ఇప్పుడే చూశాననీ, ఆ రివాల్వర్ ఇక్కడ ఇంకో గాంబ్లర్ దగ్గర కొట్టేసి వుంటాడనీ అన్నాడు కేసినో బాస్. రివాల్వర్ పోగొట్టుకున్న గాంబ్లర్ తనకి కంప్లయింట్ చేశాడన్నాడు.

"మాకెందుకు కంప్లయింట్ చేయలేదతను? ఎవరతను?" బృందం ప్రశ్నించింది.

"దటీజ్ ఇమ్మెటీరియల్ -" అని మందలించాడు పోలీస్ చీఫ్, "ఇప్పుడు పట్టుకోవాల్సింది రివాల్వర్ పోగొట్టుకున్న గాంబ్లర్‌నా? రివాల్వర్‌తో తిరుగుతున్న స్టీవెన్స్‌నా? ట్రాక్ హిమ్ డౌన్ ఫాస్ట్!"

సిగ్నల్ ట్రాకింగ్‌ని దుస్సాధ్యం చేస్తూ స్టీవెన్స్ సెల్‌ఫోన్ స్విచ్చాఫ్ వస్తోంది. రెండు రాష్ట్రాల్లో గాలింపు చర్యలు ఉధృతం చేసినా ఆచూకీ దొరకడం లేదు. ఆత్మహత్య చేసుకుని వుంటే రెండో రోజు కూడా శవం జాడ లేదు. ఛానెల్స్ స్టీవెన్స్ ఫోటోల్ని ప్రసారం చేస్తూనే వున్నాయి. అప్పుడు పెన్సిల్వేనియా శివార్లలో సెల్‌టవర్‌కి స్టీవెన్స్ సెల్ నుంచి సిగ్నల్స్ రాసాగాయి... వెంటనే కట్ అయ్యాయి. ఇక టవర్స్‌కి దొరక్కుండా మిస్సయ్యాడు స్టీవెన్స్.

• • •

మూడో రోజు ఉదయం పదకొండు గంటలు...

పెన్సిల్వేనియా మెక్డొనాల్డ్స్ డ్రైవ్ త్రూ రెస్టారెంట్‌లో ఉద్యోగిని నాన్సీ విండో దగ్గర నిలబడి వుంది. డ్రైవ్ త్రూలో ఒక ఫోర్డ్ ఫ్యూజన్ కారొచ్చి విండో దగ్గరాగింది. అతను కారు విండో గ్లాస్ కిందికి దించి నోటు అందిస్తూ, "ట్వెంటీ చికెన్ నగెట్స్ విత్ ఫ్రైస్" అన్నాడు.

విస్తుపోయి చూస్తోందామె. ఆ నోటు తీసుకుని ఆర్డర్ ఇస్తూ, గబగబా ఫోన్ చేయసాగింది, "సర్, వాడే...ఫేస్‌బుక్ కిల్లర్‌గాడు...వచ్చాడు... ఏం చేయాలి?"

మళ్లీ ఇంకో కాల్ చేసింది. "బాస్, రెస్టారెంట్ కొచ్చాడు. వాడే, నో డౌట్. కాస్త గడ్డం ట్రిమ్ చేసుకున్నాడంతే!"

"కాల్ చెయ్ పోలీసులకి!"

"చేశా, వచ్చేస్తున్నామన్నారు!"

"వచ్చేదాకా ఆర్డర్ డిలే చేసి ఆపు వాణ్ణి, నేనొచ్చేస్తున్నా!"

నాన్సీ సన్నగా వణుకుతూ స్టీవెన్స్ కేసి చూసింది. అసహనంగా చూస్తున్నాడు. రివాల్వర్ తీసి ఎక్కడ షూట్ చేస్తాడోనని వణికిపోతోంది. పోలీసులు త్వరగా రావాలని ప్రార్థిస్తోంది. పార్సిల్ వచ్చింది. అది తీసుకుని, "డిలే చెయ్, ఫ్రైస్ డిలే చెయ్" అని చెప్పింది కుక్‌తో. వణుకు ఆపుకోవడానికి శతవిధాలా ప్రయత్నిస్తూ, ఆ పార్సిల్‌ని స్టీవెన్స్‌కి అందించింది- "సర్, ఫ్రైస్‌కి ఇంకొంచెం టైం పడుతుంది..." అంది ఎలాగో గొంతు పెగల్చుకుని.

అనుమానపు చూపులు చూస్తున్నాడు. మొహం తిప్పుకుని కౌంటర్‌లో డబ్బు లెక్కపెట్టుకోసాగింది. పోలీసులు రావడం లేదు, బాస్ రావడం లేదు.

"ఇంకెంత టైమ్ పడుతుంది?" అరిచాడు స్టీవెన్స్.

"సర్, ఫ్రైస్ వచ్చేస్తున్నాయ్!"

"అక్కర్లేదు, నాకు టైం లేదు!"

"సర్, బిల్లు తీసుకోలేదు!"

"అన్నీ నువ్వే వుంచుకో పో!" అని డ్రైవ్ చేసుకుని వెళ్లిపోసాగాడు.

నోరెళ్ళ బెట్టి చూడసాగింది...

డ్రైవ్ చేస్తున్న స్టీవెన్స్ అనుమానంగా మిర్రర్‌లోకి చూసి స్పీడు పెంచేశాడు. రెండు పోలీస్‌కార్లు దూసుకొచ్చేస్తున్నాయి. అందకుండా స్పీడు లాగించేస్తున్నాడు. వెళ్లి వెళ్లి రెండు 'పిట్' కటింగులిచ్చాయి పోలీసు కార్లు. అదుపు తప్పి ధడాల్న పేవ్‌మెంటుకి గుద్దుకుని ఆగిపోయింది స్టీవెన్స్ కారు.

పక్కకొచ్చి ఆగాయి పోలీసు కార్లు. అప్పుడు... పేలుడు సంభవించింది పెద్ద పెట్టున స్టీవెన్స్ కారులో. డోర్ తీసి చూడసాగారు పోలీసులు- సీటులో చచ్చి పడున్న స్టీవెన్స్‌నీ, చేతిలో రివాల్వర్నీ. "వంద బుల్లెట్లతో చావాల్సింది!" అంది కసిగా రాబర్ట్ కూతురు.

- సికిందర్

ట్రెండ్స్

లేస్... లేటెస్ట్!

ఫ్యాషన్ కొత్తపాతల కలయికగా మారిందిప్పుడు. అలనాటి అందాలకే మరిన్ని మెరుగులు దిద్దుతూ లేస్ లేటెస్ట్ ట్రెండ్‌గా అవతరించింది. చీరంచుగా ఉండేందుకు పుట్టిన లేస్... పొడవు గౌనుగా, ప్యాచ్ వర్కుగా, జ్యువెలరీగా మారిపోయి ఫ్యాషన్ ప్రపంచాన్ని ఆవరించేసింది.

లేస్ వాడకం ఇప్పటిది కాదు, అమ్మమ్మల కాలం నుంచీ లేస్ చీరలు కనిపిస్తూనే ఉన్నాయ్. అప్పట్లో చీరకి అంచులుగా లేస్ బోర్డర్లను వాడేవారు. మారుతున్న కాలాన్ని బట్టి లేస్ వాడకమూ మారింది. వీటితోనే చీరలు, డ్రెస్‌లు, గౌన్లు, కుర్తాలు, స్కర్టులు, అనార్కలీలు అందంగా ముస్తాబయ్యాయి. తాజాగా లేస్... జ్యువెలరీ అవతారమూ ఎత్తింది. ఆధునిక యువత మెచ్చేలా... చెవిరింగులు, బ్రాస్‌లెట్లు, ఉంగరాలు, నెక్లెస్‌లు, కాలి పట్టాలు, నెక్ చోకర్స్, చెప్పులు, గ్లౌజులు, క్లచ్ ఇలా... అనేక రూపాల్లోకి అందంగా మారింది. లేస్‌లలో రకరకాలు. చంటిల్లీ, గ్యుపుర్, క్రోచెట్ ఎంబ్రాయిడరీ... వీటిల్లో క్రోచెట్ లేస్ చాలా రిచ్ లుక్‌నిస్తుంది. వీటితో చేసిన చెవిరింగులు, కాలిపట్టీలు అందంగా ఉంటాయి. ఇక గ్యుపుర్ లేస్ డ్రెస్సులకూ టాప్‌లకూ బాగుంటుంది. లేస్ సున్నితమైన ఫ్యాబ్రిక్... దీన్ని కాటన్ దారాలతో, సిల్క్ లెనెన్ దారాలతో కలిపి చేస్తారు. లేస్‌తో చేసిన దుస్తులు, జ్యువెలరీ... వాటి రంగుని బట్టే మంచి లుక్‌ని ఇస్తాయి కనుక... లేత పసుపు, సముద్రనీలం, తెలుపు వంటి రంగులు మరింత అందాన్నిస్తాయి. సెలెబ్రిటీలు కూడా లేస్ దుస్తులకే ఓటేస్తున్నారు. అంతెందుకు... ప్రియాంక చోప్రా... గతేడాది ఆస్కార్ వేడుకల్లోను లేస్ పొడవు గౌనుతో రెడ్ కార్పెట్‌పై హొయలొలికించింది.



ర్యాంప్ + మాల్ + బీచ్ + పార్క్ = ఆఫీస్!

బీచ్‌లో ఉన్న అనుభూతి. మాల్‌లో షాపింగ్ చేస్తున్న సంతృప్తి. జిమ్‌లో కెలోరీలు కరిగించుకుంటున్న అనుభవం. రెస్టరెంట్‌లో రిలాక్స్ అవుతున్నంత ఎనర్జీ. చాలా కార్పొరేట్ సంస్థలు తమ ఇంటీరియర్స్‌ను సరికొత్తగా మార్చేస్తున్నాయి. యూజర్ ఫ్రెండ్లీలా... ఎంప్లాయీ ఫ్రెండ్లీగా తీర్చిదిద్దుతున్నాయి.

ఆఫీస్ అంటే... సీరియస్ వ్యవహారం. నడుమును నిటారుగా నిల్చోబెట్టాలి. కళ్లు తిప్పకుండా పనిచేయాలి. కళ్లెత్తి చూస్తే కంప్యూటర్లు, కాగితాలు, డెస్కులు తప్ప ఇంకేమీ కనిపించకూడదు. అచ్చంగా ఇలాంటి వాతావరణమే అయితే మాత్రం పని భారంగా ఉంటుంది. ఎంత త్వరగా బయట పడిపోయి, ఇంటికి వెళ్లిపోదామా అనిపిస్తుంది. కారణం, ఇంట్లో... మనశ్శాంతి ఉంటుంది. ఆ వాతావరణం మనసుకు హాయినిస్తుంది. ఎందుకంటే ఎవరింటిని వారు అందంగా అమర్చుకుంటారు. ఇండోర్ ప్లాంట్లు, అందాల పెయింటింగులు, రంగురంగుల కర్టెన్లు... గడపలో అడుగుపెట్టగానే అలసటంతా తీరి హాయిగా అనిపిస్తుంది.

అదే హాయి ఆఫీసులోనూ ఉంటే? ఉద్యోగులు ఇంట్లో కన్నా ఆఫీసులోనే ఎక్కువ సమయం గడుపుతారు. కాస్త ఎక్కువసేపు పనిచేస్తారు. చీటికీ మాటికీ సెలవులు పెట్టరు. ఆ వ్యూహంతోనే ఎన్నో కంపెనీలు తమ కార్యాలయాలకు మేకోవర్ చేశాయి. మింత్రా, ఇన్‌మొబి, జొమాటో, ఫ్రీఛార్జ్... ఆఫీసులను ట్రెండీగా మార్చేశాయి.

మింత్రా... ఫ్యాషన్ ఆన్ వాల్

పరిసరాలు ఎంత ఆహ్లాదంగా ఉంటే ఉద్యోగులు అంత ఉత్సాహంగా పనిచేస్తారు. ఉత్సాహంగా చేసే పనిలోనే నాణ్యత ఉంటుంది. నాణ్యమైన ఫలితాలు కావాలంటే పాత ఆఫీసులకు కాస్త టచప్ చెప్పాల్సిందే. ఈ విషయంలో ఫ్యాషన్ దుస్తులకు కేరాఫ్ అడ్రస్ అయిన ఆన్‌లైన్ సంస్థ మింత్రా... ఒక అడుగు ముందుకేసింది. ఫ్యాషన్ ప్రపంచాన్ని తమ ఆఫీసు గోడలపైనా, పరిసరాల్లో ప్రతిబింబిస్తోంది. ఆ సంస్థ బెంగళూరు ఆఫీసు 85,000 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. తమ కార్యాలయాన్ని ఫ్యాషన్ హై స్ట్రీట్‌గా మార్చేసింది యాజమాన్యం. లోపలికి వెళితే ఆఫీసుకు వచ్చినట్టే అనిపించదు. ఏదో షాపింగ్ మాల్‌లో కూర్చున్న అనుభవం కలుగుతుంది. కొటేషన్స్‌తో, మ్యూరల్స్‌తో గోడలను నింపేశారు. ఫ్యాషన్ సంస్థ ఆఫీసంటే ఆ మాత్రం హంగులు ఉండాల్సిందే కదా.

ఇన్‌మొబి- బీచ్ థీమ్

ఆఫీసును ఉద్యోగులకు చేరువ చేయడంలో విజయం సాధించింది ఇన్‌మొబి. ఇదో మొబైల్ అడ్వర్టైజింగ్ నెట్‌వర్క్ సంస్థ. బెంగళూరులోని ఇన్‌మొబి ఆఫీసు ఎంత ట్రెండీగా మేకప్ చేసుకుందంటే... దాన్ని చూడ్డానికి పర్యాటకులూ వస్తామంటున్నారట. నిజంగానే అంత బావుంటుందా అలంకరణ. సాగరతీరాన్నీ, ఉద్యానాలనూ ఆఫీసుల్లోనే సృష్టించేశారు. గోడలపై బీచ్‌థీమ్‌ని వేయించి... బీచ్‌లో ఉన్నట్టే పెద్ద పెద్ద గొడుగులు, వాటి కింద కుర్చీలూ ఏర్పాటు చేశారు. అలాగే క్యాంటీన్‌ను పార్కు థీమ్‌తో ఏర్పాటు చేశారు. నిజంగా ఏ బృందావన్ గార్డెన్స్‌లోనో కూర్చున్న ఫీలింగే కలుగుతుంది.

ఉద్యోగులు ఎవరికి నచ్చినట్టు వాళ్లు తమ డెస్కులను డెకొరేట్ చేసుకోవచ్చని ఇన్‌మొబి ఆఫర్ ఇచ్చింది. అందంగా ముస్తాబు చేసిన వారికి మంచిమంచి బహుమతులు కూడా ఇస్తోంది. దీంతో ఉద్యోగులు రెచ్చిపోతున్నారు. డెస్కులకు... వాల్ హ్యాంగింగ్స్‌తో, పెయింటింగ్స్‌తో, రకరకాల బొమ్మలతో కొత్త అందాలు తీసుకువచ్చారు. స్పోర్ట్స్ థీమ్స్, ఫ్యాషన్ థీమ్స్ ఇలా... అనేక రకాలుగా ఆఫీసును అవుట్ డోర్‌లా మార్చుకుంటున్నారు. ఎంచక్కా తమకు నచ్చిన వాతావరణంలో కూర్చుని పనిచేసుకుంటున్నారు. అన్నట్టు అక్కడ కాన్ఫరెన్స్ రూములకు టెంపుల్ రన్, నీన్జా విలేజ్ ..ఇలా ఆటల పేర్లు పెట్టారు. మీటింగ్ రూమ్స్ అయితే సొరంగంలా ఉంటాయి. ఇండోర్ గేమ్స్, జిమ్, బ్యూటీ పార్లర్ కూడా ఏర్పాటు చేశారు. ఇవన్నీ చదువుతుంటే... ఇన్‌మొబి ఉద్యోగులు అసలు సెలవులు పెట్టరేమో అనిపిస్తోంది కదూ.

అడిదాస్... జిమ్ మరో జిమ్!

సాధారణంగా పెద్ద సాఫ్ట్‌వేర్ సంస్థలలో జిమ్ కచ్చితంగా ఉంటుంది. అందుకు ఓ పెద్ద గదిని కేటాయిస్తారు. కానీ గురుగ్రామ్‌లోని అడిదాస్ కంపెనీ మాత్రం ఏకంగా ఒక ఫ్లోర్‌నే కేటాయించేసింది. జిమ్ ఐదువేల చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంటుంది. అందులో లేని మెషీన్ అంటూ లేదు. ఆ జిమ్‌ను చూశాక... వర్కవుట్ అంటే ఏమిటో తెలియని వాళ్లు కూడా రోజూ ఎక్సర్‌సైజులు చేసేస్తున్నారట. 265 మంది ఉన్న ఆఫీసులో... పనైపోయాక కూడా 100 నుంచి 125 మంది జిమ్‌లోనే గడిపేస్తున్నారట.

పేటీఎం తమ ఉద్యోగులకు చెప్పే స్ఫూర్తివాక్యంలాంటి వార్నింగ్... 'గో బిగ్... ఆర్... గో హోమ్'. కష్టపడి పనిచేసి మంచి స్థాయికి వెళ్లమనీ, అది చేతకాకపోతే ఇంటికి పొమ్మనీ అర్థం. నొయిడాలో ఉన్న పేటీఎం ఆఫీసులోకి వెళ్లగానే పెద్దగోడపై దర్శనమిచ్చే వాక్యాలు అవి. విశాలమైన ఆఫీసులో గోడలనిండా స్ఫూర్తిదాయక వచనాలే. స్టీవ్ జాబ్స్ వంటి వారి చిత్రాలతో ఆఫీసును అలంకరించారు. నలుపు తెలుపు పెయింటింగులతో, విశాలమైన ఫ్లోర్లతో చూడగానే మనసుకు హాయిగా అనిపిస్తుంది.

చంబక్... రెయిన్‌బో ఎఫెక్ట్

చంబక్ ఆఫీసులోకి వెళ్లగానే హోలీ పండుగే గుర్తుకు వస్తుంది. సృష్టిలోని అన్ని రంగులూ ఆ ఆఫీసులోనే ఉన్నట్టనిపిస్తాయి. రంగుల రూఫ్ హ్యాంగింగ్‌లు, వాల్ హ్యాంగింగ్‌లు, షోకేసులోని వస్తువులతో అసలు ఆఫీసులాగే కనిపించదు. చంబక్ ఆన్‌లైన్‌లో డెకొరేషన్ వస్తువులు, చెప్పులు, ఫ్యాషన్ యాక్సెసరీస్, గిఫ్టులు అమ్మే సంస్థ. తమ వ్యాపారానికి తగ్గట్టే ఆఫీసును ప్రత్యేకంగా డిజైన్ చేయించారు. ఇంట్లో షోకేసును అలంకరించినట్టు ఆఫీసులోని ప్రతి మూలా బొమ్మలే. అన్నట్టు, ఉద్యోగులందరూ కలిసి ఓ ఖరీదైన కుక్కని కూడా పెంచుకుంటున్నారు. దాని పేరు హ్యాగో. ఆఫీసులోనే నిత్యం చక్కర్లు కొడుతూ ఉంటుంది.

చాలా స్టార్టప్‌లు కూడా ఆఫీసులో ఎన్నో సౌకర్యాలు కల్పిస్తున్నాయి. మాదాపూర్‌లోని 'గ్రాబ్ ఆన్' ఉద్యోగులు కాసేపు పడుకోవడానికి 'స్లీపింగ్ పాడ్స్' ఏర్పాటుచేసింది. అంతేనా ఎక్కడైనా ఐడియా షేర్ చేసుకునే విధంగా... గోడలను బోర్డులుగా మార్చింది. స్కెచ్‌తో రాసి మళ్లీ చెరిపేయవచ్చు. బెంగళూరులోని జియోమీ ఆఫీసు, నోయిడాలో ఉన్న ఇన్‌షాట్స్, టోలెక్సో... వంటి సంస్థలెన్నో ఉద్యోగులకు ఆహ్లాదాన్ని కలిగించే ఫ్రెండ్లీ ఆఫీసులను నిర్మించాయి. ఈ కార్యాలయాల ఫోటోలను చూశాక మనకూ ఆ సంస్థల్లో ఉద్యోగం వస్తే బాగుండు కదా అనిపించడం ఖాయం. ఎవరొద్దన్నారూ... ఓపెనింగ్స్ ఉన్నాయేమో కనుక్కోండి. ఆల్ ది బెస్ట్!

‘పుస్తకాల పల్లె’కు దారి...

పచ్చని పల్లెల గురించి విన్నాం. వైఫై విలేజీల గురించి విన్నాం. మద్యరహిత పంచాయతీల గురించీ విన్నాం. కానీ, పుస్తక గ్రామం గురించి చాలా మందికి తెలిసి ఉండకపోవచ్చు. ఆ ఊళ్లో ప్రతి ఇల్లూ గ్రంథాలయమే. ప్రతి అరుగూ భువన విజయమే!



బస్సులో వెళుతున్నప్పుడు పక్క సీట్లో కూర్చున్న పెద్దమనిషి పేపరు చదువుతుంటే, అతనెవరో తెలియకపోయినా అడిగి మరీ తీసుకుని చదువుతాం. కొన్నిసార్లు ఆ వ్యక్తి బస్సు దిగేలోగా పేపరెన్ని ముక్కలు ఉందో, అంత మంది దగ్గరికీ వెళ్లిపోతూ ఉంటుంది! ఆ చొరవకు ఏ పరిచయమూ అక్కర్లేదు. ఏ బంధుత్వంతో పనిలేదు. కేవలం పఠనంపై ఆసక్తి ఉంటే చాలు. ఇదే నినాదంతో మొదలైంది మనదేశంలోనే మొట్టమొదటి ‘పుస్తక గ్రామం’. ఇది మహారాష్ట్రలోని ‘భిలార్’ అనే చిన్న ఊరు. ప్రజల్లో పుస్తక పఠనాన్ని పెంచే ఉద్దేశంతో ఈ పల్లెను ‘పుస్తక గ్రామం’గా ప్రకటించింది రాష్ట్ర ప్రభుత్వం.

పల్లెలో కాలు మోపగానే... ఓ కొత్త ప్రపంచంలో అడుగుపెట్టిన అనుభూతి కలుగుతుంది. గోడల నిండా బొమ్మలే. అన్నీ పుస్తకాభిరుచి ఇతివృత్తంగా గీసినవే. దాదాపు డెబ్బై అయిదు మంది చిత్రకారులు వాటికి ప్రాణంపోశారు.

ఈ గ్రామంలో ప్రతీ ఇంట్లో అనేక రకాల పుస్తకాలు ఉంటాయి. బడిలో, గుడిలో కూడా పుస్తకాల గదుల్ని ఏర్పాటుచేశారు. ఈ పుస్తకాలేవీ అమ్మరు, అద్దెకు కూడా ఇవ్వరు. అక్కడే కూర్చుని చదువుకోవాలంతే. చదువుకున్నంతసేపూ ఆ ఇంటివాళ్లు మనకు అతిథ్యం ఇస్తారు. అలసటగా అనిపిస్తే కాఫీ టీలు అందిస్తారు. ఏ మధ్యాహ్నమో అయితే, భోజనానికి ఏర్పాట్లు చేస్తారు.

బ్రిటన్ స్ఫూర్తి

బ్రిటన్‌లోని ‘హే-ఆన్-వే’ అనే పుస్తక గ్రామం స్ఫూర్తితో మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వం దీన్ని ఏర్పాటు చేసింది. ప్రస్తుతం చరిత్ర, పర్యాటకం, క్రీడలు, సంస్కృతి, పిల్లల పుస్తకాలు... ఇలా 25 విభాగాల్లో దాదాపు పదిహేనువేల గ్రంథాలు అందుబాటులో ఉన్నాయీ గ్రామంలో! అయితే ఇవన్నీ మరాఠీ పుస్తకాలే. చదవలేని, చదువురాని వారికోసం ఆడియో పుస్తకాలు కూడా ఉన్నాయి. కనుమరుగైపోతున్న మరాఠీ సాహిత్యాన్ని భావితరాలకు అందించాలనే ఉద్దేశంతో పుస్తక గ్రామాన్ని మాతృభాషకే పరిమితం చేశామని చెబుతున్నారు నిర్వాహకులు. ఆంగ్లం, హిందీ తదితర భాషల్లోని పుస్తకాల్నీ అందుబాటులోకి తెచ్చే ప్రయత్నం జరుగుతోంది. పుస్తక పఠనం ఉచితమే అయినా, డిపాజిట్‌గా కొంత మొత్తాన్ని చెల్లించాల్సి ఉంటుంది.

పచ్చని ప్రయాణం

పంచ్‌గని, మహాబలేశ్వరం వంటి పర్యాటక ప్రాంతాల మధ్యలో ఉండటం కూడా పుస్తక గ్రామానికి కలిసొచ్చింది. అక్షర యాత్రికుల సంఖ్య క్రమక్రమంగా పెరుగుతోంది. పుస్తకాభిమానులైతే రెండుమూడు గంటలు ప్రయాణించి మరీ వస్తున్నారు. ఆ యాత్ర మహాద్భుతంగా ఉంటుంది. దారివెంబడి ఎటు చూసినా పచ్చదనమే. ఇక గ్రామస్థుల ఆత్మీయ ఆతిథ్యమైతే ప్రయాణపు బడలికను క్షణాల్లో మరిపించేస్తుంది. ఆతర్వాత నచ్చినంత సేపు పుస్తకాల మధ్య గడిపేయవచ్చు.

‘పట్టణాల్లో సందర్శకులు లేక గ్రంథాలయాలు వెలవెలబోతున్నాయి. అలాంటి పరిస్థితుల్లో... ఒక గ్రామం మొత్తాన్నీ పుస్తక ప్రపంచంగా మార్చడం అన్నది గొప్ప ఆలోచన. దాదాపు 80 కిలోమీటర్లు ప్రయాణించి ఇక్కడికొచ్చాం. బయల్దేరే ముందు, రామేరామని గొడవ చేసిన పిల్లలే... ఇప్పుడు ఇక్కడి నుంచి వెళ్దామంటే అస్సలు ఒప్పుకోవట్లేదు! వాళ్లకి పుస్తకాలతో పాటూ, పుస్తక గ్రామమూ బాగా నచ్చింది’ అంటాడో పుస్తకాభిమాని. ఆ ప్రాంతంలో వర్షపాతం ఎక్కువే. చెదల సమస్య లేకుండా తగిన ఏర్పాట్లు చేసే ప్రయత్నంలో ఉంది మహారాష్ట్ర సర్కారు. ఇదంతా తొలిదశే. పుస్తక ఉత్సవాలూ, పుస్తక ప్రదర్శనలూ, పుస్తక పఠన కార్యక్రమాలూ... ఇలా అక్షరాలతో ముడిపడిన పర్యాటకానికి ఈ గ్రామం ఓ కేంద్రం కాబోతోంది.

పుస్తకాభిమానులకే కాదు, ఆ పుస్తకాలను కంటికి రెప్పలా కాపాడుతూ, పాఠకులకు ఆత్మీయ అతిథ్యం ఇచ్చే గ్రామస్థులకు కూడా ఎన్నో అనుభూతులను మిగులుస్తోందీ కార్యక్రమం. ‘మా ఆయన కొన్నేళ్ల క్రితం చనిపోయారు. పిల్లలు ఎప్పుడో దేశం వదిలి వెళ్లిపోయారు. నేనొక్కదాన్నే ఒంటరిగా ఉంటున్నా. నా ఇంట్లో బాలసాహిత్యాన్ని పెట్టాను. రోజూ వాటిని చదివేందుకు చాలామంది పిల్లలు వస్తుంటారు. వాళ్లతో పాటూ పెద్దలూ వస్తుంటారు. అందరితో మాట్లాడుతుంటే, నాకు ఎవరూ లేరనే బాధ పోతోంది’ అంటారు శ్యామ్ బిలరే అనే మహిళ. ఈ గ్రామం స్ట్రాబెర్రీ పండ్లకు ప్రసిద్ధి. వెళ్తూవెళ్తూ అనుభూతుల్నే కాదు, ఓ కిలో స్ట్రాబెర్రీల్నీ ఇంటికి తీసుకెళ్లవచ్చు. పుస్తక గ్రామం అతిథులకు ఇచ్చే ప్రేమ పూర్వక కానుక అది.







Dr. K Ravikirane
M.D.,M.sc(psych),
P.G(virology)LONDON
గోల్డ్‌మెడల్ ఫర్ ఎక్సలెన్సీ
ఇన్ మెడిసిన్
మాస్టర్స్ హోమియోపతి

హెపటైటిస్,హెర్పిస్‌లకు హోమియోతో చెక్

హెపటైటిస్ వైరస్ మూలంగా అనేక మంది తీవ్రమైన కాలేయ వ్యాధి బారినపడి ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. వైరస్ ఉన్న రక్తాన్ని ఎక్కించడం, డ్రగ్స్ అలవాటు ఉన్న వారు ఒకరు ఉపయోగించిన నీడిల్స్ మరొకరు ఉపయోగించడం ప్రధాన కారణంగా చెప్పుకోవచ్చు. తల్లి నుంచి శిశువుకు కూడా సంక్రమించే అవకాశం ఉంది. లైంగిక సంబంధాల ద్వారా కూడా వ్యాపిస్తుంది.

లక్షణాలు

ఆకలి లేకపోవడం, వాంతులు వచ్చినట్టు అనిపించడం, ఒళ్లంతా నొప్పులు, మూత్రం పచ్చగా రావడం, కామెర్లు అభివృద్ధి చెందడం, చర్మంపైన దద్దుర్లు రావడం జరుగుతుంది. ఈ వ్యాధి కొన్ని సంవత్సరాల తర్వాత బయటపడినట్లయితే దాన్ని క్రానిక్ హెపటైటిస్ అంటారు. దీని వల్ల కామెర్లు వస్తాయి. ఎంతకీ తగ్గవు. వాంతులు, ఒళ్లంతా దురద, కొన్నిసార్లు విరేచనాలు, కడుపులో ఉబ్బరంగా ఉండటం, పొట్టలో నొప్పి, ఆర్థరైటిస్ వాచిపోవడం, కిడ్నీకి సంబంధించిన సమస్యలు, ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్స్ పడిపోవడం, తలనొప్పి, రక్తహీనత, రక్తకణాల సంఖ్య క్రమంగా పడిపోవడం జరుగుతుంది.

హెర్పిస్ సింప్లెక్స్

పురుషాంగంపైన చెమట పొక్కుల మాదిరిగా నీటి పొక్కులు కనిపిస్తాయి. నీటిపొక్కులు ఎర్రగా ఉండి దురద ఉంటుంది. నీటిపొక్కులు పగిలి ఎర్రగా పుండు పడుతుంది. ఇటువంటి సమయంలో తగు చికిత్స తీసుకోకపోతే ఇతరులకు సోకే ప్రమాదం ఉంది. లైంగిక కలయిక ద్వారా సంక్రమించే ఈ వ్యాధిని హెర్పిస్ అంటారు. ఈ వ్యాధిని లక్షణాలను బట్టి గుర్తించవచ్చు. అపరిచిత వ్యక్తులతో లైంగిక సంపర్కం తరువాత వారం రోజులలో నీటి పొక్కులలాగా వచ్చి పుండ్లు కనిపిస్తాయి. కొన్నిరోజుల తరువాత పుండ్లు మానిపోయి తిరిగి కనిపిస్తాయి. దీన్ని బట్టి హెర్పిస్‌ని గుర్తించవచ్చు.

హోమియో చికిత్స

హెపటైటిస్ వైరస్‌ను సమర్థవంతంగా అడ్డుకునే చికిత్స హోమియోలో మాత్రమే ఉంది. వైరల్‌లోడ్‌ను పూర్తిగా తగ్గించడం ద్వారా ఆరోగ్యవంతమైన జీవనం గడిపే అవకాశం దక్కుతుంది. హెర్పిస్ వంటి లైంగిక వ్యాధుల నివారణకు హోమియో చికిత్స అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది.

కిడ్నీ, గాల్‌బ్లాడర్ స్టోన్స్‌కు సర్జరీ దాకా ఎందుకు?

కిడ్నీలో ఏర్పడిన రాళ్ల వల్ల తీవ్రనొప్పి వస్తుంటుంది. సాధారణంగా చిన్న రాళ్లు అయితే శరీరం నుంచి వాటంతట అవే బయటకు వస్తుంటాయి. కాని పరిమాణంలో పెద్దగా అంటే కనీసం 2 నుంచి 3 మిల్లీమీటర్ల కంటే పెద్దగా ఉన్న రాళ్లు మూత్రపిండంలోని వివిధ భాగాల్లో చిక్కుకుపోయి తీవ్ర నొప్పి మొదలవుతుంది.

లక్షణాలు : మూత్రపిండంలో రాళ్ల వల్ల భరించలేని నొప్పి ఉంటుంది. ఈ నొప్పి ఎక్కువగా ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో ఉంటుంది. ఈ నొప్పి వీపు వెనుకభాగంలో నుంచి బయలుదేరి పొత్తికడుపులోకి వస్తుంది. తెంపరులుగా వచ్చే ఈ నొప్పి జననాంగాలలోకి పాకుతుంది. 20 నుంచి 90 నిమిషాల వరకు ఈ నొప్పి ఉంటుంది. దీంతోపాటు తల తిరగటం, వికారం, వాంతులు కావటం, మూత్రంలో మంట, రక్తం, చీము వస్తుంది. చెమట పడుతుండటం, జ్వరం, కంగారుగా, కోపంగా ఉంటుంది. ఈ నొప్పి మొదలైన తర్వాత ఎటువైపు కదిలినా, వంగినా నొప్పితో ఉపశమనం ఉండదు. కొన్ని సార్లు కాళ్లలో వాపు ఏర్పడవచ్చు.

పిత్తాశయంలో రాళ్లు

పిత్తాశయం అనేది కాలేయం నుంచి వచ్చే పైత్య రసాలను ఒడిసిపట్టే సంచి లాంటిది. ఇందులో ఉండే పైత్యరసాలు మనం తీసుకునే మాంసకృత్తులు, నూనె పదార్థాలను అరిగింపచేయడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో ఏర్పడే పైత్యరసం యొక్క గాఢత పెరిగి పోతుందో అప్పుడు రాళ్లు ఏర్పడుతుంటాయి. పిత్తాశయంలో ఏర్పడిన రాళ్లు కొన్ని సంవత్సరాల పాటు పెద్ద లక్షణాలు చూపించవు. ఎప్పుడైతే ఆకారం పెరిగి పెద్దవిగా మారుతాయె అప్పుడు లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. దీనివల్ల పొట్ట నొప్పి ఉంటుంది. కుడివైపు పొట్టలో నొప్పి మొదలై వీపు వెనుకభాగంలోకి చేరుతుంది. దీనివల్ల వికారం, వాంతులు, జ్వరం ఉంటుంది.

హోమియో చికిత్స : కిడ్నీ, పిత్తాశయాల్లో రాళ్లను పూర్తిగా నయం చేయడానికి హోమియోలో అత్యుత్తమ చికిత్స విధానాలు ఉన్నాయి. హోమియో మందుల వల్ల రాళ్లు తొలగిపోవడమే కాకుండా భవిష్యత్తులో మళ్లీ ఏర్పడకుండా చేయవచ్చు. సర్జరీ అవసరం లేకుండానే కిడ్నీలో, గాల్‌బ్లాడర్‌లో ఏర్పడిన రాళ్లను తొలగించుకోవాలంటే హోమియో ఏకైక పరిష్కారంగా చెప్పుకోవచ్చు.

హెచ్‌ఐవి అంటే మరణం కాదు

హెచ్‌ఐవి పేరు వింటనే తెలియని భయం. ఎందుకంటే చికిత్స లేని వ్యాధి అది. నిజమే. కానీ ఇప్పుడు అద్భుతమైన మందులు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. వైరస్ పూర్తిగా శరీరంలో నుంచి తొలగిపోకపోయినా ఆ వైరస్ ఎటువంటి ప్రభావం చూపకుండా చేసే హోమియో మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. హెచ్‌ఐవి అంటే ఒక వ్యాధి అని చెప్పడం కన్నా వ్యాధులు రావడానికి కారణమయ్యే వాతావరణాన్ని శరీరంలో కలగజేస్తుందని చెప్పవచ్చు. అంటే చిన్న వాతావరణ మార్పులకే జలుబు చేయడం, జ్వరం రావడం, టీబీ సోకడం, విరేచనాలు కావడం జరుగుతుంది. ఫలితంగా మృత్యువు చేరువవుతుంది. అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడితే వ్యాధులు వచ్చిపడతాయి. బలంగా ఉంటే హెచ్‌ఐవి ఏమీ చేయలేదు. సరిగ్గా హోమియో చికిత్స రోగనిరోధక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేయడం పైనే దృష్టి పెడుతుంది.

లక్షణాలు : హెచ్‌ఐవి శరీరంలోకి ప్రవేశించగానే ఎటువంటి మార్పులు కనిపించవు. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత అంటే సీడీ 4 కణాల సంఖ్య తగ్గిపోయిన తరువాత వ్యాధి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కొందరిలో ఐదారేళ్లకే సీడీ 4 కణాలు బాగా తగ్గిపోయి ఇన్‌ఫెక్షన్లు మొదలవుతాయి. మరికొందరిలో పదేళ్లు పడుతుంది.

హోమియో చికిత్స : హోమియో మందుల వల్ల రోగనిరోధకవ్యవస్థ తిరిగి బలపడుతుంది. సీడీ 4 కణాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుంది. అవకాశవాద ఇన్‌ఫెక్షన్లకు చోటు లేకుండా పోతుంది. ఆకలి బాగా పెరగడంతో బరువు పెరగడం ప్రారంభిస్తారు. హోమియో చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా అందరిలాగే సాధారణ జీవితం గడిపే అవకాశం లభిస్తుంది. హోమియో మందులు సక్రమంగా తీసుకుంటే హెచ్‌ఐవి ఎప్పటికీ ఎయిడ్స్‌గా మారదు.

మాస్టర్స్ హోమియోపతి
అమీర్‌పేట్, కూకట్‌పల్లి, దిల్‌సుఖ్‌నగర్, హైదరాబాద్, విజయవాడ,
కరీంనగర్, విశాఖపట్నం,తిరుపతి
ఫోన్ : 7842 106 106, 9032 106 106

V6లో ప్రతి మంగళవారం మధ్యాహ్నం 2:30కి
సాక్షిలో ప్రతి శనివారం మధ్యాహ్నం 2:30కి
10టీవీలో ప్రతి ఆదివారం మధ్యాహ్నం 4:30కి
డాక్టర్‌గారి లైవ్ కార్యక్రమం ఉంటుంది.

ADVT

ఓడిపోయిన మనిషి

తెరచి ఉన్న కిటికీలోంచి ఒంటిమీద జల్లుపడి చటుక్కున మెలకువ వచ్చింది. కళ్ళు తెరచి కిటికీలోంచి చూశాను. సన్న చినుకులతో వాన, గాలి మాత్రం తీవ్రంగా వీస్తోంది. సగం నలుపూ, సగం తెలుపూ గల తెలవారగట్ల సన్నని చినుకుల దారాలు గాలిలో కదిలిపోతున్నాయి. చెదిరిపోతున్నాయి. ప్రహరీగోడ దగ్గర మందార పట్టుపువ్వులు ఎర్రగా వానలో తడుస్తున్నాయి. చల్లని గాలికి ఒళ్ళంతా ఏదో హాయిగా ఉంది. చల్లదనం మనస్సులోకి వెళ్ళి బాధ్యతల్నీ, సమస్యల్నీ, భయాల్నీ దాచుకున్న వేడి సెరిబెల్లాని కూడా చల్లపరుస్తోన్నట్లు అనిపించింది.



దేవరకొండ బాలగంగాధర తిలక్

కళ్ళు మూసుకున్నాను. ఎవరో మంచుకొండల మీద స్కేటింగ్ చేస్తున్న దృశ్యం. విశాఖపట్నంలో డాల్ఫిన్స్‌నోస్ దగ్గర తెల్లని ఓడ కదులుతూన్న దృశ్యం. మద్రాస్ కాలేజీ ఆవరణలో, ఎవెన్యూలో నడుస్తూన్న దృశ్యం. ఈ మూడింటికీ ఏదైనా సంబంధం ఉందా? హాయిలో హాయి అనే పరుపులో నన్ను నేను చుట్టుబెట్టుకున్నట్టు ఏదో ఫీలింగ్; ఈ ఫీలింగ్‌ని పోనివ్వకూడదనుకుంటూనే ఒళ్ళు ముడుచుకుంటూ, కళ్ళు మూసుకుంటూ చల్లవానని మనసులో కురిపించుకుంటూ చెయ్యి పక్కకి జాపాను. మెత్తగా ముదురుగా లావుపాటి పాత రబ్బురులాగా చేతికి తగిలింది. అంతవరకూ పక్కమీద నా పక్కనే సుభద్ర పడుకుని ఉందన్నమాట మరిచిపోయాను. పండ్రెండేళ్ళ క్రితం తాకగానే కొత్త ఉద్రేకాలూ, రహస్యాలూ నాలో ప్రవర్తింపజేసిన ఈమె శరీరం, ఇన్నేళ్ళ పరిచయంలో, అనుభవింపబడడంలో పిల్లల్ని కనడంలో వయస్సు పెరిగి ఈనాడు ఆకర్షణని కోల్పోయి 'ఇల్లాలు' అనే ఒక వ్యర్థ గౌరవప్రదమైపోయిన ఈమె శరీరం, నా చేతికి తగలగానే వానా, వేకువ, మందారచెట్లూ గబుక్కున మాయమైపోయాయి.

వాటిస్థానే పెళ్ళికి ఎదుగుతూన్న ఆడపిల్లా, టాన్సిల్స్ ఆపరేషన్ చేయించవలసిన చిన్న కొడుకూ, బ్యాంకిలో తరిగిపోతూన్న డబ్బూ, ఎప్పుడూ రిపెయిర్స్‌కొచ్చే కారు వచ్చి నిలుచున్నాయి. కాసేపు కూడా కల్పనా సుఖాన్ని ఊహించుకోనివ్వని కఠిన వాస్తవికతలా కనపడింది భార్య. ఆమెవైపు తిరిగి చూశాను. ఒంటిమీద సగం సగం బట్టతో రేగిన జుట్టుతో గృహిణి ధర్మాన్ని రోజంతా నిర్వహించిన అలసట కనిపించే కనురెప్పలతో, లావెక్కి ఒంపులు మాయమైపోయిన ఒంటితో జాలిగా కనిపించింది. ఏదో బాధ అనిపించింది. ఎవరో నన్ను దగా చేస్తున్నారనిపించింది. మాంచి ట్యూన్ వినిపించే రేడియో గొంతుని ఎవరో నొక్కేసి వికటంగా నవ్వినట్టనిపించింది. ప్రథమ యౌవన దినాలు లీలగా జ్ఞాపకం వచ్చాయి. సుతారపు అత్తరువాసన లాంటి జ్ఞాపకాలు - ఆ రోజులు!

మళ్ళీ అటు తిరిగి పడుకున్నాను. చల్లని గాలి మొహానికి తగులుతోంది. వెనక్కి వెళ్ళిపోతున్నాను. ముదిరిన ఏళ్ళ పర్వతాల మీద నుంచి వెనక్కి వెనక్కి లోయల్లోకి, పచ్చిక బయళ్ళలోకి వెళ్ళబోతున్నాను. రొమాన్సూ, ఆదర్శాలూ, అమాయకత్వం కలిసిన వేడివేడి రక్తం. పడుచుపిల్లలన్నా, కవిత్వం అన్నా సోషలిజం అన్నా బలే బలే ఇష్టం. జేబునిండా డబ్బూ, సినిమాలూ పైలాపచ్చీసుగా ఉండేది. భావ కవిత్వం మీదా సుభాష్ బోస్ నాయకత్వం మీదా మోజు, ఇంగ్లీషు వాళ్ళన్నా, ఉద్యోగస్థులన్నా చిరాకూ, ద్వేషమూ.

ఈ వయస్సులోనే చిన్న చిన్న రొమాన్సులు ప్రారంభం. రెండు కలువరేకుల్లాంటి కళ్ళుగాని, చివరకి - జవ్వాడే నడుం మీద నాట్యం చేసే వాల్జడగాని కవిత్వంలోకి పంపివేసేది. సామ్రాజ్యవాదాన్ని, సంప్రదాయాన్ని ఎదిరించాలనే సాహసం. కాని మరికొంచెం ఎదిగేటప్పటికి నాకు తెలియకుండానే ఎన్నో జాగ్రత్తలు వచ్చి కూర్చున్నట్టు

తెలుసుకున్నాను. లోపల - నా లోపల ఎవడో పెద్దమనిషీ, బుద్ధిమంతుడూ అయినవాడు పరివ్యాప్తమౌతున్నాడు. మెడచుట్టూ కండువా వేసుకుని, కొంచెం ఒంగి, కర్రనానుకుని జీవితాన్ని భద్రంగా ఇటూ అటూ చెదిరిపోకుండా తాళం వేసుకుంటున్నాడు. బాలని ప్రేమించాను. అలాగని చెప్పానుకూడా. అయినా చివరికి ఏమీ ఎరగనట్టుగా తప్పుకున్నాను. పెళ్ళి పందిట్లో ఆ రాత్రి నేను తలనొప్పితో విడిది మేడగదిలోనే పడుకున్నాను. అందరూ పందిట్లో ఉన్నారు. పెట్రోమాక్సులైటు ఆరిపోయింది. కిటికీలోంచి వెన్నెల పడుతోంది. మెట్లమీద చప్పుడు వినపడింది. ఎవరా అని చూశాను. బాల! కళ్ళని కాటుకతో, బుగ్గమీద చుక్కతో బాల, నా దగ్గరికి వచ్చి తట్టి లేపింది. ఏమీ ఎరగనట్టుగా "ఎవరూ?" అన్నాను.

"నేను బాలని" ఆమె గొంతులో బాధ, ఆవేశం. "రేపు ఉదయమే నాకు పెళ్ళి అయిపోతోంది."

నేను మాట్లాడలేకపోయాను.

"ఏం నిద్రపోతున్నావా?" అంది.

"లేదు"

"ప్రేమించాననీ, పెళ్ళి చేసుకుంటాననీ అన్నావు. పల్లెటూరిపిల్లననీ, ప్రతీమాటా నమ్ముతాననీ, ఏం చేసినా ఊరుకుంటాననీ అనుకున్నావా?"

"...."

"ఏం మాట్లాడవేం?"

"అది కాదు బాలా, ఇలా జరుగుతున్నందుకు నేనెంత బాధపడుతున్నానో దేవుడికి తెలుసును."

"మరి?"

మా వాళ్ళెవరికీ ఇష్టం లేదు. మీ కుటుంబానికీ మాకూ శత్రుత్వముందట. మీ చిన్నాన్న మా నాన్నని చంపడానికొచ్చాడట."

"ఇదివరకు నీకు తెలియదా?"

"తెలియదు."

"అది జరిగి ఇరవై ఏళ్ళయింది. ఇప్పుడు దెబ్బలాటలు లేవుగా. ఒకరిళ్ళకొకరు వస్తున్నారు. మాట్లాడుకుంటున్నారు..."

"అయినా మా వాళ్ళెవరికీ ఇష్టం లేదు."

"మీ వాళ్ళంటే?"

"మా నాన్న, అమ్మా, మా అక్కయ్య, అన్నయ్య, మా మేనత్త ... ఆఖరుకు మా పాలేరుకి కూడా."

"అయితే ఈ పళంగా ఎక్కడికేనా పారిపోదాం. నా వంటిమీద నాల్గువేల బంగారం ఉంది. నిన్ను ఒదిలి ఉండలేను."

"ఛ..ఛ ఇప్పుడెలాగ - నలుగురూ ఏమనుకుంటారు?"

ఆమె ఏడుస్తూ కూర్చుంది. బాల చాలా అందమైనది. అదొక విలక్షణమైన, ఉజ్జ్వలమైన అందం. అటువంటి అందం అన్నిచోట్లా కనిపించదు. నాకు బాధగా ఉంది. నిజమే కాని ఎంతమందిని ఎదిరించి, ఎన్ని అడ్డంకుల్ని దాటి నా భవిష్యత్తుని ఏంచేసి ఈమెని నాదానిగా చేసుకోగలను? కోపంతో మరీ ఎరుపెక్కిన జీరలుగల కళ్ళు కల నాన్న మొహం, నిరసనతో చూసే అమ్మ మొహం, పద్దెనిమిది వేల కట్నంతో జడ్జీగారి సంబంధం, రాజకీయంగా వేసుకున్న ప్లానులు... ఇవన్నీ ఏమవుతాయి?

"కిందికి వెళ్ళిపో బాలా, ఎవరేనా వస్తారు" అన్నాను.

అలనాటి కథ

బాల కోపంగా లేచి నుంచుంది. వెన్నెల రేకలో ఆమె పెదవి వణకడం కూడా కనపడింది. కోపమూ ఏడుపూ కలిసిన కంఠంతో "నూతిలో పడి చద్దామనుకున్నాను. కాని తప్పు నీది కాదు. నువ్వు మగాడివి కాదు. నీకన్నా ఏ వెధవైనా వెయ్యిరెట్లు నయం" అని విసవిస వెళ్ళిపోయింది. స్తంభించిపోయిన నా లోపల్లోపల ఈ సమస్య ఇలా పరిష్కారమైనందుకు సంతోషించానో, ఆమె దూరమైపోతున్నందుకు బాధపడ్డానో నాకు తెలియలేదు.

నాలుగేళ్ళ అనంతరం ఆమె చాలా జబ్బుతో జనరల్ ఆస్పత్రిలో ఉందని తెలిసి మనసు పట్టలేక వెళ్ళాను. నర్సు వచ్చి "మిమ్మల్ని చూడడానికి వీల్లేదంది ఆమె. మిమ్మల్ని పంపించి వెయ్యమంది" అని చెప్పింది. నర్సును బతిమలాడాను. ఆమె నా వల్లనే నా కోసమే ఇలా అయిపోయిందన్న బాధతో, పశ్చాత్తాపంతో కాలిపోతున్నాను. చివరకి ఆమె దగ్గరకి వెళ్ళాను. వంద కేరట్ల రత్నాన్ని చెక్కివేయగా చెక్కివేయగా మిగిలిన అణువులా ఆమె కృశించిన శరీరమూ, మొహమూ మెరుస్తున్నాయి. నన్ను చూసి ఆమె పక్కకి తిరిగి పడుకుంది.

"బాలా!"

ఆమె వెక్కి వెక్కి ఏడుస్తోంది.

"నన్ను క్షమించు. ఒకటి చెబుతున్నాను. ఏనాడు నా హృదయం నుండి నువ్వు తొలగిపోలేదు. నేను పిరికివాణ్ణి. కాని ఆజన్మాంతం నిన్ను మరచిపోను. మనసారా నేను నీవాడినే."

ఆమె చెయ్యి చేతిలోకి తీసుకున్నాను. నా మాటలు ఆమె నమ్మలేదు. అవిశ్వాసంతో ఆశ్చర్యంతో పెద్దవైన కళ్ళతో నన్ను చూసింది. నాకు కన్నీరురాగలేదు.

"వస్తాను బాలా" అని డగ్గుత్తికతో గబగబా ఆమెను విడిచి వచ్చేశాను.

ఒక నెల్లాళ్ళ తర్వాత ఆమె చనిపోయినట్టు తెలిసింది.

ఈ జ్ఞాపకాలతో నా ఒళ్ళంతా వేడెక్కిపోయింది. ఊపిరాడనట్టనిపించింది. గది గోడలు దగ్గరగా వచ్చి నన్ను నొక్కుతూన్నట్టు అనిపించింది. లేచి, గొడుగు తీసుకుని వీధిలోకి వచ్చేశాను. వాన ఇంకా కురుస్తూనే ఉంది. స్వేచ్ఛగా విశాలంగా తిరిగివస్తేనే కాని ప్రాణం కుదుటపడుతుందనిపించలేదు. కాలవవారనే బయలుదేరి వెళుతున్నాను. కాలవ అవతల మా పొలాలున్నాయి. తెల్లవారిపోతోంది. వాననీటికి రాత్రి ఒంటిరంగు కరిగి తెల్లబడుతున్నట్టుగా ఉంది. రేగడిమట్టి కాలిజోళ్ళకి అంటుకుని బరువుగా అడుగులు వేస్తున్నాను. చల్లని గాలి రివ్వుమని తగులుతూంటే కొంత ఉత్సాహం కలిగింది. ఆకాశం మబ్బులతో నిండి ఉంది. కాలవవారనున్న చెట్ల ఆకులమీద నుంచి జల్లుమని జడి పడుతోంది. కాకులు అరుస్తూ అటూ ఇటూ పోతున్నాయి. కాలవ అవతలివైపున అరటి తోటలూ, వరిచేలూ

తిలక్ స్మృతిలో ...

'నా అక్షరాలు వెన్నెల్లో ఆడుకునే అందమైన ఆడపిల్లలం'టారు తిలక్. తొలచి చూడాలేగాని, ఆ అక్షరాల్లో అద్భుత సౌందర్యంతో పాటూ దుర్భర విషాదమూ గోచరిస్తుంది. పరిపక్వత, నిపుణత, సంపూర్ణతల సమ్మేళనం తిలక్. ఆయన కవిత్వాన్ని ఎంత గొప్పగా రాశారో కథలను అంతకంటే గొప్పగా రాశారు. అదేమిటో, తిలక్ కవిత్వం ముందు కథనెవరూ ప్రస్తావించకపోవడం ఒక విషాదం. ఆయన కథలన్నీ గొప్పవే. అందులో ఒకటి 'ఓడిపోయిన మనిషి'. జీవితాన్ని ఆస్వాదించే క్రమంలో రెండు భిన్న వ్యక్తిత్వాల్ని అద్భుతంగా ఆవిష్కరించిన సమకాలీన ఇతివృత్తం.



ఆగస్టు ఒకటో తేది తిలక్ 96వ జయంతి.

పొడుగ్గా పరచుకొని అందంగా ఉన్నాయి.

కర్ర వంతెన వచ్చింది. వంతెన కింద కాలవ సుడి తిరుగుతూంటే కొంతసేపు చిత్రంగా చూశాను. వంతెన దాటి పొలంగట్టునే వెళుతూంటే "ఏమండోయ్" అన్న పిలుపు వినిపించింది. వీరన్న మామిడితోటలోంచి ఆ పిలుపు. తోటలో పైన గడ్డి కప్పిన ఇటికల ఇంటి ముందరుగు మీద ఎవరో ఆడమనిషి నిలుచుంది. నన్నేనా అనుకున్నాను. తోటలోకి రెండడుగులు వేశాను. అరుగుమీద చామనచాయగా, బొద్దుగా, పొడిపొడిగా ఉన్న జుట్టు బుగ్గల మీద పడుతూంటే నవ్వుతూ సుబ్బులు. మంచి పొంకంగా, ఆరోగ్యంగా ఉన్న యౌవనం అసూయని కలిగించేటట్టు ఉంది. సుబ్బుల్ని నేను చిన్నతనం నుంచి ఎరుగుదును. ఐదోక్లాసు వరకూ నాతో కలసి బళ్ళో చదువుకుంది. అయినా ఆమె నాకన్నా చిన్నదిగా చాలా చిన్నదిగా ఉంది. పాతికేళ్ళంటే నమ్ముతారు సుబ్బులు వయస్సు.

"ఎప్పుడొచ్చావు సుబ్బులూ...?" అన్నాను నవ్వుతూ.

"రావయ్యా లోపలికి రా. వర్షంలో తడుస్తూ ఎంతసేపుంటావ్?"

నేను తటపటాయించాను.

"ఎవరూ సూడ్డంలేదు. అబ్బో. మా పెద్దమనిషివైపోయావు" కనుబొమలెగరవేసి చేతులూపుకుంటూ అంది. నేను లోనికి వెళ్ళాను. సుబ్బులు ఇంట్లోంచి ఒక కుర్చీ తీసుకువచ్చి వేసింది.

"సిన్నప్పుడు నువ్వీదారిన యెల్తావుంటే చెరుకు పానకం ఇచ్చేదాన్ని గ్యాపకం ఉందా? యెప్పుడేనా సాటుగా ముద్దెట్టుకుంటావేమో అనుకునేదాన్ని. అయ్యో రాత ఆ సరదాయే లేదు ..." ఫక్కున నవ్వుతోంది.

నాకు సిగ్గుగా బెదురుగా ఉంది. ఆమె ముందు నేను ముడుచుకొనిపోతున్నాను.

"అలా సిగ్గుపడుతూ కూర్చో. కొంచెం కాఫీ తీసుకొస్తాను" అంటూ లోపలికి వెళ్ళింది. సుబ్బులు యాసనీ, నాగరికాన్ని కలిపి మాట్లాడుతోంది. అలాగే ప్రవర్తిస్తుంది. పట్టణాల్లో చాలాకాలం ఉంది.

సుబ్బులు మొహంలో విచారం తాలూకు నీడ కాని, వయస్సు తాలూకు నీరసం కానీ లేదు. జీవితంలోంచి ఎంతో సుఖాన్నీ, స్వేచ్ఛనీ పొందినవాళ్ళు తప్ప అంత హాయిగా నవ్వలేరు. ఆమె నాకన్నా మూడేళ్ళు చిన్నదైనా పదిహేనేళ్ళు చిన్నదిలా కనబడుతోంది. వింతగా ఆలోచిస్తున్నాను ఆమె గురించి.

ఆమె కాఫీ తెచ్చి ఇచ్చింది. కాఫీ మంచి రుచిగా ఉంది. నా ఎదురుగా ముక్కాలిపీట మీద కూర్చుని జుట్టు విప్పుకుంది. నల్లని జుట్టు ఒత్తువొత్తుగా తరంగాలుగా పిరుదుల దాకా ప్రవహిస్తోంది. కళ్లలో ఆరోగ్యపు వెలుతురు, ఆందోళనలు లేని వెలుతురు.

"ఏడెనిమిదేళ్ళయింది నిన్ను చూసి సుబ్బులూ. రంగడు కులాసాయేనా?" అన్నాను ఆమె భర్తనుద్దేశించి.

ఆమె మళ్ళీ విరగబడి నవ్వింది. "రంగడా! ఇంకా ఆడెక్కడ? బలేవాడివయ్యా తెలియనట్టు మాట్లాడుతావ్" అంది.

"ఏం రంగడు పోయాడా" ఆత్రుతగా అన్నాను.

ఆమెలో ఆనందానికీ, ఆరోగ్యానికీ నవనవోన్మేషతకీ కారణం ఏఁవిటా అని ఆలోచిస్తున్నాను. జీవితాన్ని తేలిగ్గా, సహజంగా తీసుకోవడమా? కృత్రిమమైన నీతులూ భయాలూ పెద్దరికాలూ అడ్డురాకపోవడమా? ఇంత చదువూ డబ్బూ ఉండి నాలో ఈ అసంతృప్తీ దిగులూ ఏఁవిటి! ...

"ఛ..ఛ - దుక్కలా ఉన్నాడు. నేనే వాడిని ఒగ్గేశాను."

"ఏం?"

"నాకిష్టం లేకపోయింది. భయమా?"

"ఇన్నాళ్ళు మరి ఏం చేస్తున్నావు?"

"వీరాసామితో గుంటూరు వెళ్ళిపోయాను. అతను పెద్ద మేస్త్రీ. మాంచి డబ్బున్నవాడు కూడా."

"అతన్ని పెళ్ళి చేసుకున్నావా"

"ఆఁ ... గుంటూరులో మా బలేగా ఉందిలే. నగలూ బట్టలూ సినిమాలూ - దర్జాగా ఉండేది. వీరాసామి కూడా బాగుండేవాడు. కాని..."

"అతనితో కూడా చెడిందా?"

"అతను దేన్నో మరిగాడు. నాకు శానా కోపం వచ్చింది. నీకింటి దగ్గర దెబ్బలుతిని శాకిరీ సెయ్యడానికి నేనేం యెదవని కానని చెప్పి నా నగలూ డబ్బూ తీసుకుని వేరే వెళ్ళిపోయాను."

"ఇప్పుడు కలుసుకున్నారా మళ్ళీ ..."

"ఆడినీ ఒగ్గేశాను."

నేను తెల్లబోయి చూస్తున్నాను.

"అదేంటలా చూస్తావ్! ఇష్టంలేని వాడితో కాపురంజేసి ఏడుస్తూ ఛావనా? నా దగ్గర అటువంటిది లేదయ్యోయ్. బతికినన్నాళ్ళు కులాసాగా బతుకుతా. నా కన్నాయం ఒహరుచేస్తే ఊరుకునేది లేదు."

"మరి ఇప్పుడొక్కర్తివే ఉన్నావా?"

"నువ్వున్నావు కాదయ్యా, నీ కోసమే వచ్చినాను. అబ్బ, నువ్వంటే నేటికీ మనసే నాకు. పాడు మనసు ..." గమ్మత్తుగా చూస్తూ పవిటకొంగు నోటికి అడ్డం పెట్టుకు నవ్వుతోంది.

"బాగుంది నీ హాస్యం" అన్నాను నేను సిగ్గుపడుతూ.

"బెజవాడ రైల్వేలో పనిచేస్తున్నాడు రాఘవులు. అతనితో ఉంటున్నా" అంది మళ్ళీ.

"మనువా?"

"మనువూ లేదు శ్రాద్ధం లేదు. నాకంటే సిన్నోడు. అయినా మా అందగాడు. స్టోర్సులో పనిచేస్తున్నాడు. నేనంటే వల్లమాలిన అపేక్ష రాఘవులికి. నొక్కుల జుట్టుతో చిన్న పెదాలతో బలే అందంగా ఉంటాడు" అంది ఆప్యాయత కళ్ళలో కనపడేటట్టు. నేను లేచాను. కోర్టు పని ఉంది. ఇవాళ ఎన్నో కాగితాలు చూచుకోవాలి.

"ఇంకా ఉంటావా సుబ్బులూ?"

"మా బాబుని చూసిపోదామని వచ్చాను. రేపో ఎల్లుండో వెళ్ళిపోతాను."

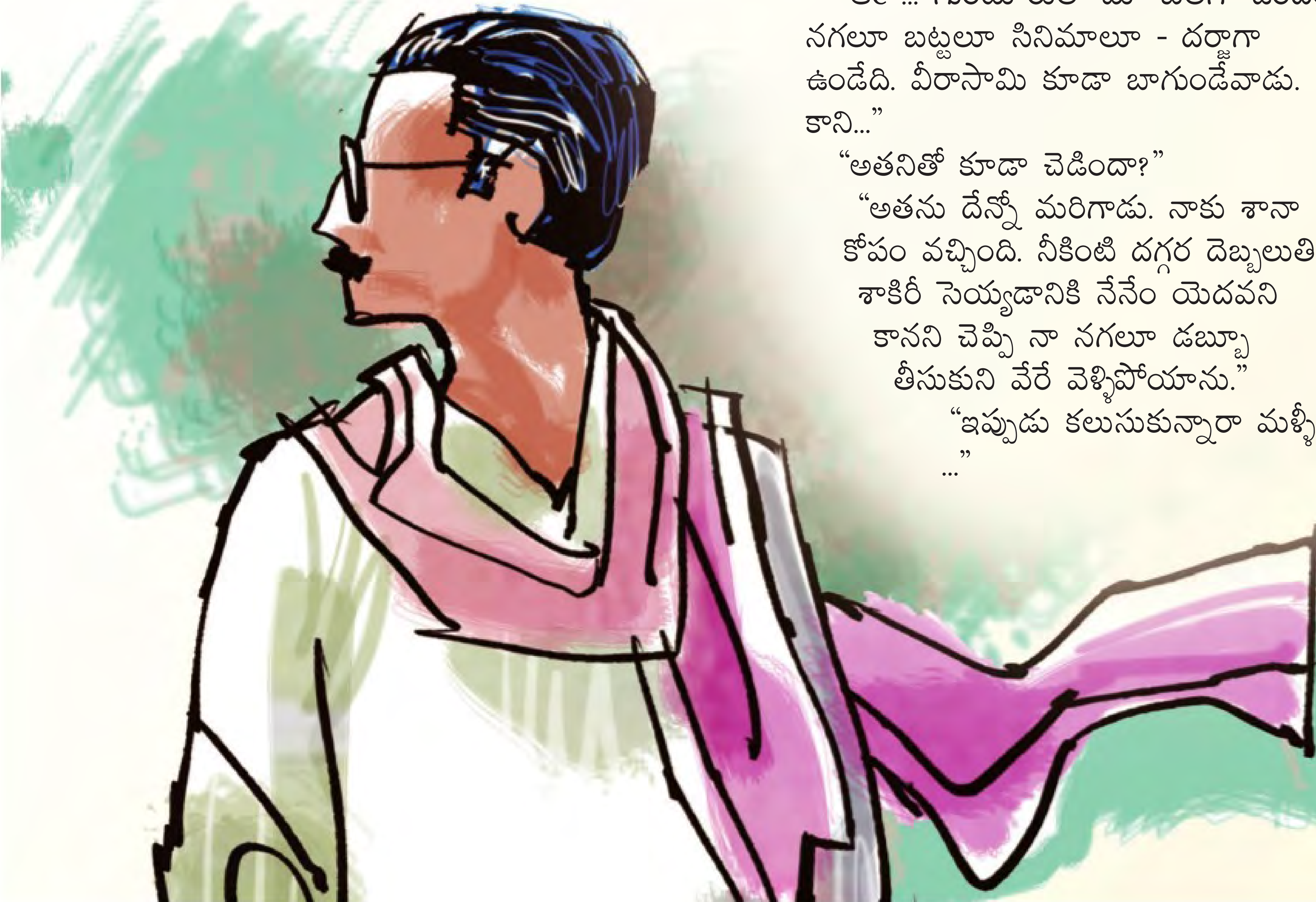
"ఓసారి మా ఇంటికి రా. మా ఆవిడకు కనిపించు" అంటూ అరుగు దిగాను.

"నేనెందుకొచ్చి చూస్తానూ నా సయితినీ! సర్లే ఒక్కసారైనా నా కోరిక తీర్చలేదు. అందమైన వాడినని నీకు గర్వం లేవయ్యా" నవ్వుతూ చేతులూపుతూ అంది.

వానలో తిరిగి ఇంటికి బయలుదేరాను. ఆమెలో ఆనందానికీ, ఆరోగ్యానికీ నవనవోన్మేషతకీ కారణం ఏఁవిటా అని ఆలోచిస్తున్నాను. జీవితాన్ని తేలిగ్గా, సహజంగా తీసుకోవడమా? కృత్రిమమైన నీతులూ భయాలూ పెద్దరికాలూ అడ్డురాకపోవడమా? ఇంత చదువూ డబ్బూ ఉండి నాలో ఈ అసంతృప్తీ దిగులూ ఏఁవిటి! ఏదో చెయ్యలేకపోయానన్న వేదన. కలలు కాగితపు పేలికల్లా రాలిపోయిన క్షోభా, చెంపల దగ్గర నెరసిన జుట్టు క్రమంగా అంతటా తెల్లబడి ముసలివాణ్ణీ, మృత్యుపథాభిముఖుణ్ణీ అయిపోతున్నానన్న బెదురూ ఏమిటి ఇదంతా? ఎక్కడ నేను జీవిత రహస్యాన్ని మరిచిపోయాను? ఏ సమయంలో జీవించడంలోని కీలకం జారిపోయింది? ఈమె - చదువూ సంస్కారమూ లేని సుబ్బులు ముందు నేను చాతకానివాడిలా ఎందుకయిపోయాను?

బరువుగా, బాధగా అడుగులు వేసుకుంటూ కర్రవంతెన దాటాను. కాలవవారనే జనం బాగా తిరుగుతున్నారు. వర్షానికి కాకులు తడుస్తూ చెట్లకొమ్మల మీద వణుకుతూ కూర్చున్నాయి. మనసులో ఆలోచన హెచ్చిన కొలదీ అడుగులు వేగంగా వేస్తున్నాను. జీవితపు పందెంలో ఓడిపోయినవాడిని.

(జ్యోతి మాసపత్రిక సౌజన్యంతో)







కాజూ.. రుచిలో రారాజు!

పకోడి

కావలసిన పదార్థాలు

జీడిపప్పు - ఒక కప్పు, శనగపిండి - ఒక కప్పు, బియ్యప్పిండి - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, ఉల్లిపాయ - 1, నీరు - తగినన్ని, కారం - అర టీ స్పూను, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, కరివేపాకు, కొత్తిమీర తరుగు - పావుకప్పు చొప్పున, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా.

తయారుచేసే విధానం

ఒక పాత్రలో జీడిపప్పు, శనగపిండి, బియ్యప్పిండి, పొడుగ్గా తరిగిన ఉల్లిపాయ, కారం, ఉప్పు, కొత్తిమీర, కరివేపాకు తరుగు వేసి నీటితో ముద్దలా కలుపుకోవాలి. తర్వాత కాగిన నూనెలో పిండిని పకోడీల్లా వేసుకోవాలి. వర్షాకాలంలో సాయంత్రం టిఫిన్‌గా టీతో పాటు వేడివేడిగా తీసుకుంటే బాగుంటాయి.

కూర

కావలసిన పదార్థాలు

పచ్చి జీడిపప్పు (బద్దలు) - ఒక కప్పు, వంకాయలు - పావు కిలో, ఉల్లిపాయలు - 2, పచ్చిమిర్చి - 5, టమోటాలు - 3, పసుపు - అర టీ స్పూను, కారం - 1 టీ స్పూను, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, గరం మసాల - పావు టీ స్పూను, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్టు - 1 టీ స్పూను, కరివేపాకు - 4 రెబ్బలు, కొత్తిమీర - అర కప్పు, నూనె - 2 టేబుల్ స్పూన్లు.

తయారుచేసే విధానం

నూనెలో ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి తరుగు, కరివేపాకు, వంకాయ ముక్కలు, ఉప్పు వేసి మూత పెట్టి కొద్దిసేపు మగ్గించి అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు వేయాలి. 2 నిమిషాల తర్వాత కారం, పసుపు, పచ్చి జీడిపప్పు బద్దలు వేసి అర కప్పు నీరు పోసి ఉడికించాలి. దించేముందు గరం మసాల, కొత్తిమీర తరుగు చల్లాలి.



బర్ఫీ

కావలసిన పదార్థాలు

జీడిపప్పు - ఒక కప్పు, పంచదార - ముప్పావు కప్పు, నీరు - పావు కప్పు, యాలకుల పొడి - చిటికెడు, వెన్న - అర టీ స్పూను.

తయారుచేసే విధానం

(బాగా ఎండిన) జీడిపప్పును మిక్సీలో వేసి పొడి చేసుకోవాలి. పాన్‌లో పంచదార, నీరు పోసి తీగ పాకం వచ్చాక జల్లించిన జీడిపప్పు పొడి, యాలకుల పొడి వేసి అడుగంటకుండా తిప్పుతూ గట్టిపడేవరకు ఉంచి దించేయాలి. చల్లారిన తర్వాత వెన్న రాసిన ప్లాస్టిక్ పేపర్‌పై మిశ్రమాన్ని పోసి దళసరి చపాతీలా ఒత్తుకోవాలి. ఇప్పుడు చాకుతో సమాన భాగాలుగా డైమండ్ ఆకారంలో ముక్కలు కోయాలి.



ఖీర్

కావలసిన పదార్థాలు

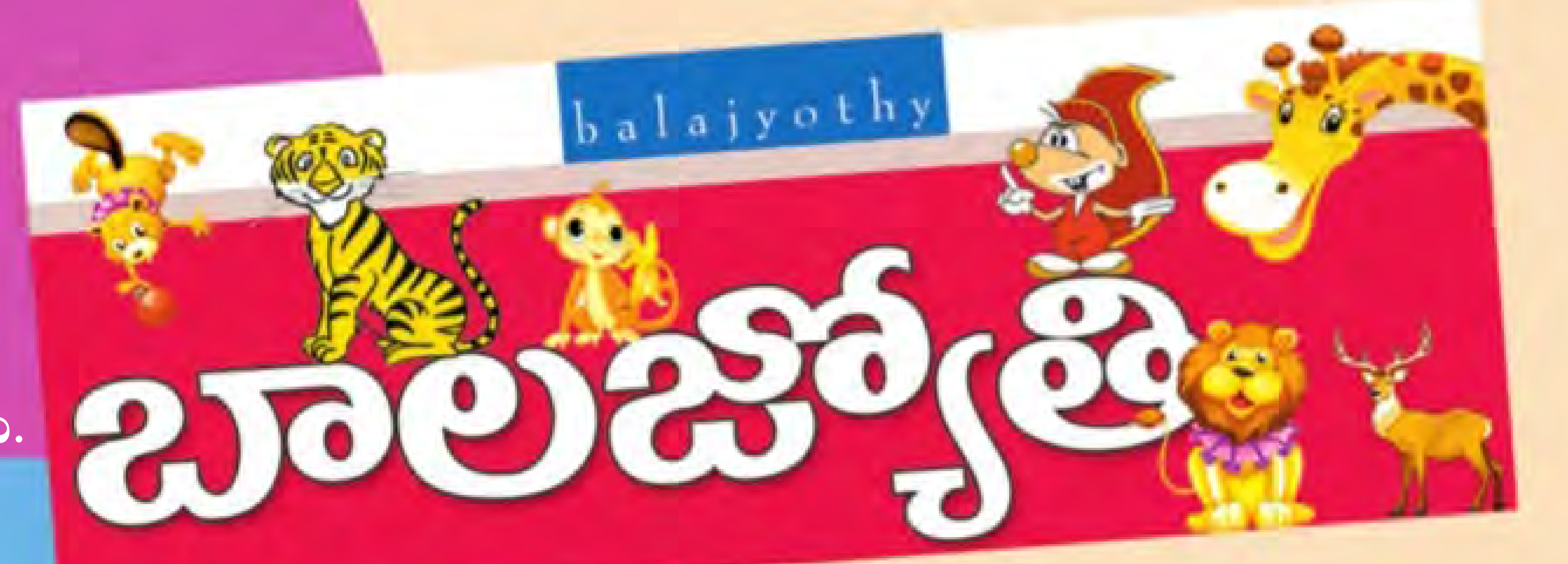
పాలు - ఒక లీటర్, జీడిపప్పు - ముప్పావు కప్పు, పంచదార - అరకప్పు, బాదం - 4, జీడిపప్పు (అలంకరణకు) - 4, యాలకుల పొడి - పావు టీ స్పూను, కుంకుమపువ్వు - పావు టీ స్పూను.

తయారుచేసే విధానం

జీడిపప్పుని రెండు గంటల పాటు నీటిలో నానబెట్టాలి. తర్వాత మిక్సీలో వేసి (కొద్దిగా పాలు కలిపి) మెత్తగా పేస్టు చేసుకోవాలి. పాలను బాగా మరిగించాక జీడిపప్పు పేస్టు, పంచదార, యాలకుల పొడి, కుంకుమ పువ్వు వేసి అడుగంటకుండా కలుపుతూ చిక్కబడ్డాక దించేసి నేతిలో వేగించిన జీడిపప్పుతో అలంకరించాలి.



ఫుడ్ కోర్ట్



గొర్రెమొహం వింత చేప

ఓ వింతైన ముసుగును మొహానికి తగిలించుకున్నట్టుగా, చూసేందుకు ఓ కార్టూన్ చేపలా ఉన్న దీని పేరు 'ఏసియన్ షీప్స్‌హెడ్ వ్రాస్'. తెలుగులో 'గొర్రెమొహం చేప'. కొరియా, జపాన్, చైనా తీర పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో అధికంగా జీవిస్తాయి చేపలు. సముద్రగర్భంలోని రాళ్లగుట్టల్లో ఎక్కువగా నివసించే వీటిని ఆయా ప్రాంతాలలోని ప్రజలు ఆహారంగా తీసుకుంటారు. ఈ చేపలు సాధారణంగా మనుషులతో మక్కువగా మెలగవు. అయితే 'హిరోయుకి అరకవా' అనే జపనీస్ పడవ నడిపే వ్యక్తితో, ఒక షీప్స్‌హెడ్ వ్రాస్ చేప 25 ఏళ్లుగా స్నేహం చేస్తోందట. ఈయన సముద్ర గర్భంలోకి ఈదుకుంటూ వచ్చి గంట కొట్టగానే ఎక్కడున్నా సరే అక్కడికి వచ్చేస్తుందీ చేప. ఈ చేపకు ఆ బోట్‌డ్రైవర్ పెట్టిన పేరు 'యోరికో'.



చిన్నారి హార్ట్‌ఫుల్ రికార్డు

సరిగ్గా నడవడం కూడా రాని వయసులో, గిన్నిస్ రికార్డును ఒడిసి పట్టుకున్న ఈ చిన్నారి పేరు ఛానెల్ ముర్రిష్. ఇంత చిన్న వయసులో ఏం రికార్డు సాధించిందబ్బా! అని ఆశ్చర్యపోతున్నారా? లండన్‌లో నివసించే ఫే, మైకెల్‌లకు మూడో సంతానం ఛానెల్ ముర్రిష్. ఈ పాప పుట్టిన ఒక్క నిమిషానికే ఓపెన్ హార్ట్ సర్జరీ చేశారు వైద్యులు. ఈ చిన్నారి గుండె కొట్టుకునే వేగం, సాధారణ పిల్లల గుండె వేగంలో కంటే సగం మాత్రమే ఉండడంతో సర్జరీ చేయాల్సి వచ్చింది. అంతేకాదు వారం రోజుల తర్వాత మళ్లీ ఇంకో సర్జరీ కూడా జరిగింది. అయినా పసిదాని మొహంపైన చిరునవ్వు మాత్రం చెక్కుచెదరలేదు. 'అతి పిన్న వయసులో ఓపెన్ హార్ట్ సర్జరీ చేయించుకున్న వ్యక్తి'గా ఈ మృత్యుంజయురాలిని గుర్తించింది గిన్నిస్. బహుశా ఈ చిన్నారి రికార్డును బద్దలుకొట్టడం ఎవ్వరి వల్లా కాకపోవచ్చు.

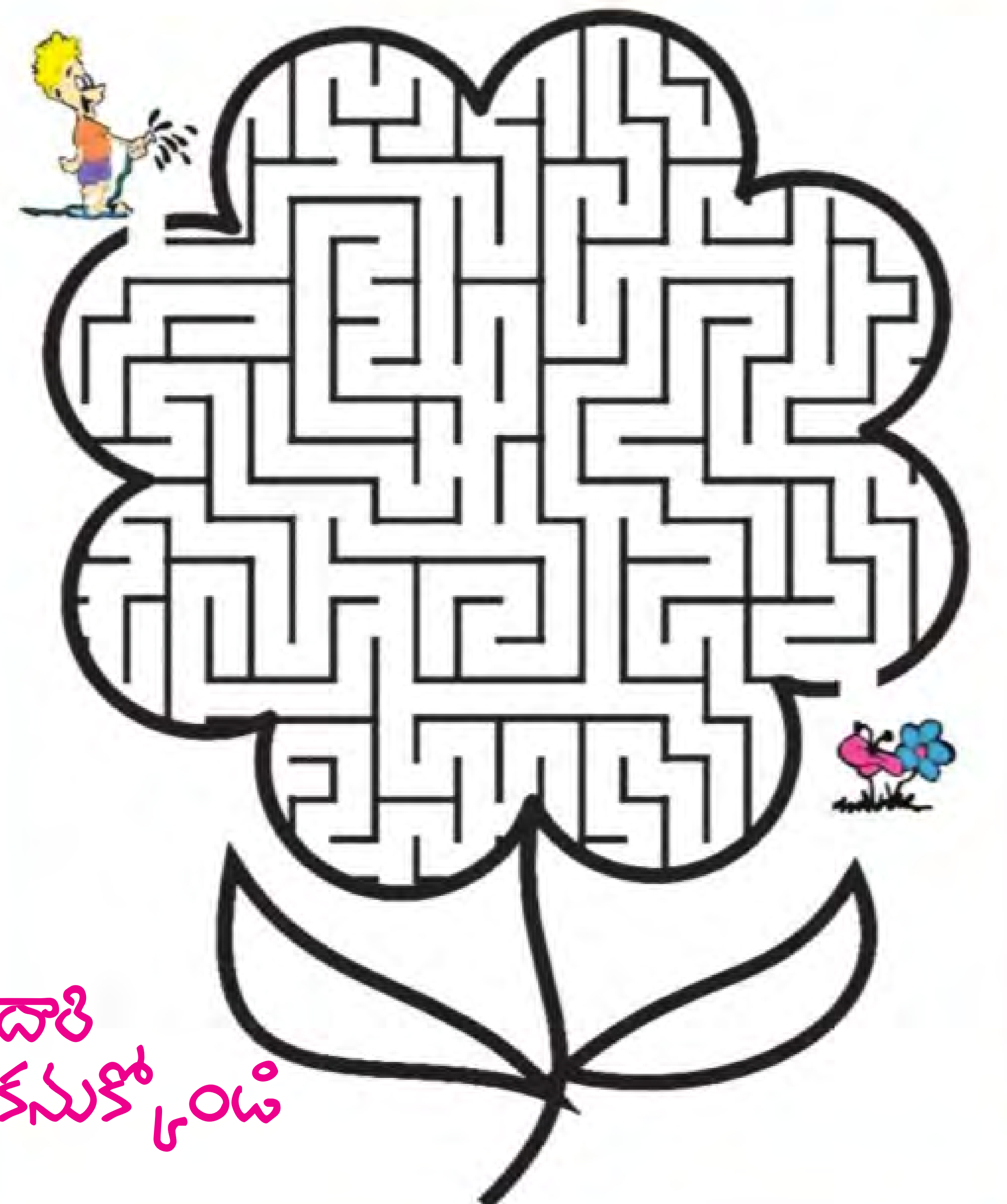


రంగులు వేయండి

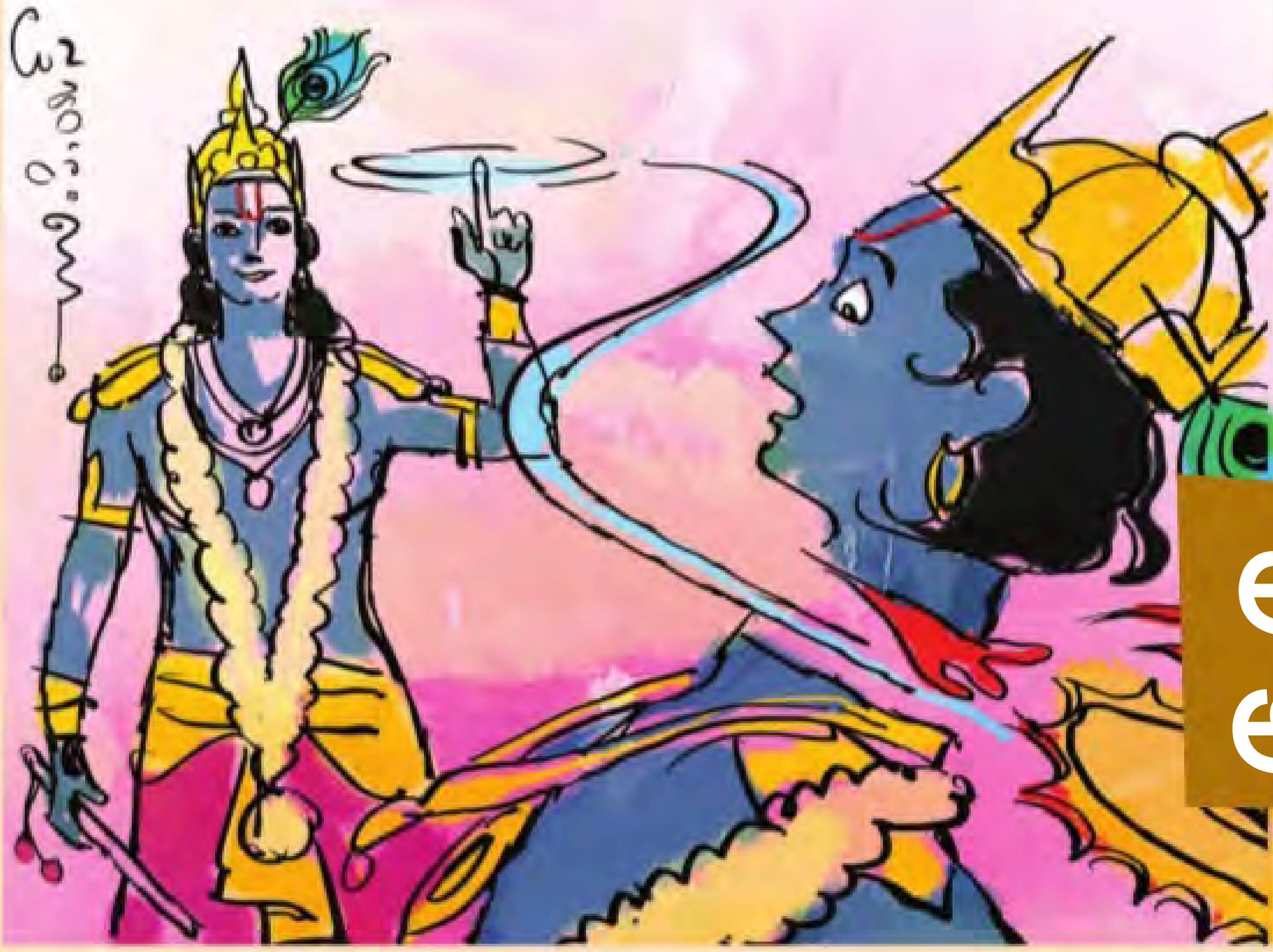


tent 
turkey 
potato 
napkin 
crayon 
rainbow 
battery 
recycle 

m	w	o	b	n	i	a	r	v
r	n	y	q	u	j	a	s	p
e	g	e	x	t	e	n	t	g
l	n	i	k	p	a	n	v	y
c	b	t	u	r	k	e	y	f
y	b	p	o	t	a	t	o	v
c	x	c	r	a	y	o	n	h
e	w	g	h	d	y	r	u	g
r	b	a	t	t	e	r	y	x



దారి కనుక్కోండి



అనుకరణ అపాయం

వసుదేవుని కుమారుడు కాబట్టి శ్రీకృష్ణుడిని వాసుదేవుడు అని కూడా పిలుస్తారు. శ్రీకృష్ణుడి పేరుప్రతిష్ఠలు చూసి ఈర్ష్య చెందిన కరూశ దేశపురాజైన పౌండ్రకుడు తనని కూడా ప్రజలందరూ 'వాసుదేవుడు' అని పిలవాలని శాసించాడు. కృష్ణుడిలాగే శంఖము, చక్రము, గద ధరించి, బంగారు రథమెక్కి వీధులలో తిరిగేవాడు. అంతేనా నడవడం, నవ్వడం, మాట్లాడడంలో ప్రతీదానిలో శ్రీకృష్ణుడిని అనుకరించేవాడు. కొన్నేళ్లకు చూడగానే శ్రీకృష్ణుడే అనిపించేంతలా మారాడు. తాను పూర్తిగా కృష్ణుడిలా మారానని నమ్మకం వచ్చాక, తన రాయబారి ద్వారా శ్రీకృష్ణుడికి ఓ సందేశం పంపాడు ఆ రాజు. శ్రీకృష్ణుడి సభకు చేరిన ఆ రాయబారి "మా దేశపు రాజు పౌండ్రకుడు శంఖ, చక్రాలు, గద ధరించి, బంగారు రథమెక్కి ఊరేగుతారు. ఆయనను ప్రజలందరూ 'వాసుదేవుడు' అని పిలుస్తారు. మిమ్మల్ని కూడా అదే పేరుతో పిలుస్తున్నారని తెలిసింది. ఆ పేరు తనకు మాత్రమే తగినదని, మీరు వెంటనే ఆ పేరును వదులుకోవాలని హెచ్చరిక పంపారు" అని చెప్పాడు. అది విని కృష్ణుడు ఫక్కున నవ్వాడు. "వదులుకోకపోతే... ఏమవుతుందట" అని వెటకారంగా అడిగాడు. "యుద్ధం" అని చెప్పాడు రాయబారి. "సరే మేం సిద్ధం" అన్నాడు కృష్ణుడు. ఇరు రాజ్యాల మధ్య యుద్ధం ఖరారైంది. యుద్ధ సమయం వచ్చింది. ఒకవైపు శ్రీకృష్ణుడు, మరోవైపు పౌండ్రకుడు యుద్ధక్షేత్రంలో తారసపడ్డారు. చూసేందుకు అచ్చం ఒకేలా ఉన్నారు. అయితే శ్రీకృష్ణ పరమాత్మలోని తేజస్సు పౌండ్రకుడిలో లేదు. పౌండ్రకుడి సైన్యం శ్రీకృష్ణుడి సేన ముందు నిలవలేకపోయింది. తన ఓటమి దగ్గర పడిందనే విషయం తెలిసిన పౌండ్రకుడిలో కసి పెరిగింది. శ్రీకృష్ణుడిపైకి చక్రాన్ని సంధించాడు. అది ఎంతో దూరం ఎగరలేక, కొంత దూరం వెళ్లి కింద పడిపోయింది. ఇప్పుడు శ్రీకృష్ణుడు చక్రం సంధించాడు. అది రివ్వురివ్వుమంటూ వచ్చి పౌండ్రకుడి తలను నరికివేసింది. శ్రీకృష్ణుడిలాగే బతకాలనే కోరికతో తన వ్యక్తిత్వాన్ని, రూపాన్ని, సొంత గుర్తింపుని కోల్పోయి తానెంత తప్పు చేశాడో చనిపోయేముందు గుర్తించాడు పౌండ్రకుడు.

(శ్రీపాద పురాణ నీతి గాథలు పుస్తకంలో నుంచి)

తేడాలు కనిపెట్టండి

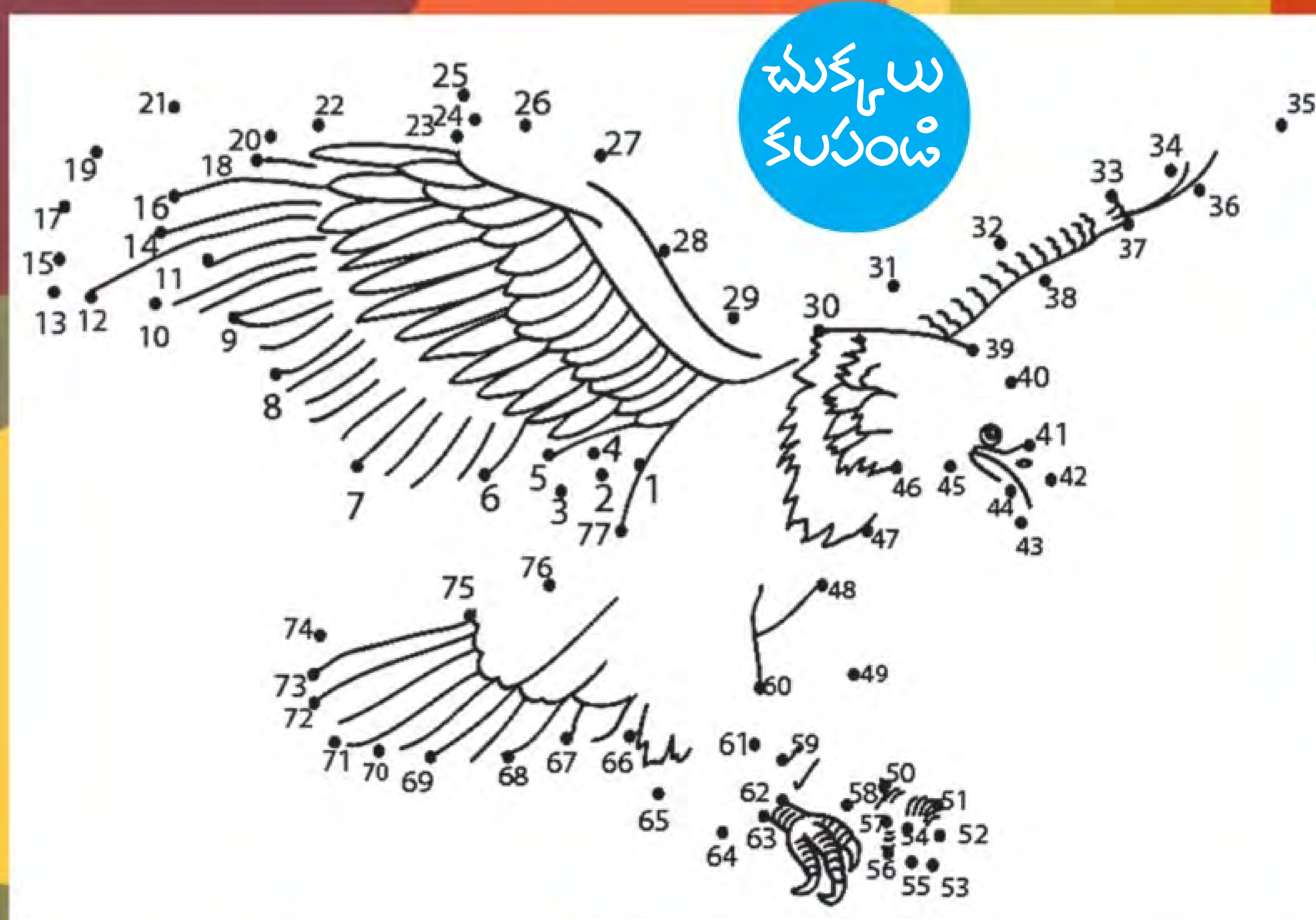




విలువ ఎంత?

🐝	+	🐤	= 40
🐝	+	🐤🐤🐤	= 40
🐝🐝	-	🐤	= 80
🐝🐝🐝	x	🐤🐤	= ?

చుక్కలు కలపండి



జవాబులు: **తేడాలు కనుక్కోండి:** అబ్బాయి టోపీపైన ఉన్న బెల్టు, ప్యాంటు, ఎడమకాలి బూటు, మేఘం రంగు, అమ్మాయి నవ్వు. **విలువ ఎంత?:** సున్నా

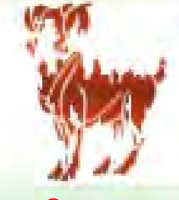




అనుగ్రహం

30 జూలై - 5 ఆగస్టు 2017

డాక్టర్ పి.ఎ. రామన్



మేషం

అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

ఇంట్లో సందడి నెలకొంటుంది. పనులు సకాలంలో పూర్తి అవుతాయి. మీ అభిప్రాయాలను సున్నితంగా వ్యక్తం చేయండి. ఎవరినీ నిందించవద్దు. ఖర్చులు అంచనాలను మించుతాయి. శుభకార్యాల్లో పాల్గొంటారు. ఆది, గురు వారాల్లో నగదు, వస్తువులు జాగ్రత్త. కొత్త సమస్యలెదురవుతాయి. అస్వస్థతకు గురవుతారు. వచ్చిన అవకాశాలను తక్షణం వినియోగించుకోండి.



తుల

చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

పట్టుదలతో శ్రమించి అనుకున్నది సాధిస్తారు. బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. పనులు సకాలంలో పూర్తి కాగలవు. సన్నిహితులతో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. ఆది, సోమ వారాల్లో ఆకస్మిక ఖర్చులెదురవుతాయి. డబ్బు డ్రా చేసేటపుడు జాగ్రత్త. ఆంతరంగిక విషయాలు గోప్యంగా ఉంచండి. దంపతుల మధ్య దాపరికం తగదు. వ్యవహారాల్లో ఏకాగ్రత అవసరం.



వృషభం

కృత్తిక 2,3,4; రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

నోటీసులు అందుకుంటారు. ఖర్చులు విపరీతం. ఆదాయ మార్గాలు అన్వేషిస్తారు. మంగళ, శని వారాల్లో పనులు సాగవు. ఆత్మీయులను కలుసుకుంటారు. కుటుంబీకుల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. వేడుకలు, శుభకార్యాల్లో పాల్గొంటారు. తొందరపాటు నిర్ణయాలు తగవు. జీవిత భాగస్వామి సలహా పాటించండి. పెట్టుబడులకు సమయం కాదు. పందాల జోలికి పోవద్దు.



వృశ్చికం

విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

వ్యవహార దక్షతతో రాణిస్తారు. ధనలాభం, వస్త్ర ప్రాప్తి, వాహనయోగం ఉన్నాయి. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. అవకాశాలు కలిసివస్తాయి. మంగళ, బుధ వారాల్లో ఒక సమాచారం ఆలోచింపచేస్తుంది. ఇంట్లో సందడి నెలకొంటుంది. పనులు ముగింపు దశలో విసుగు కలిగిస్తాయి. పిల్లలకి విదేశీ విద్యావకాశం లభిస్తుంది. ప్రయాణం లాభిస్తుంది.



మిథునం

మృగశిర 3,4; ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు

కొత్త యత్నాలకు శ్రీకారం చుడతారు. పరిస్థితులు అనుకూలిస్తాయి. వాయిదా పడిన పనులు పూర్తి చేస్తారు. ఒక ఆహ్వానం ఉత్సాహాన్నిస్తుంది. విలువైన వస్తువులు కొనుగోలు చేస్తారు. ఇతరుల విషయాల్లో జోక్యం తగదు. మీ మాటతీరు వివాదాస్పదమవుతుంది. ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించండి. తొందరపడి నిర్ణయాలు తీసుకోవద్దు.



ధనుస్సు

మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

విమర్శలు, అభియోగాలు ఎదుర్కొంటారు. ఆగ్రహావేశాలు అదుపులో ఉంచుకోండి. ఎవరినీ విమర్శించవద్దు. నిందించినవారే మీ ఔన్నత్యాన్ని గుర్తిస్తారు. రాబోయే ఆదాయానికి తగ్గట్టు ఖర్చులుంటాయి. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. గురు, శుక్ర వారాల్లో వ్యవహారాలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. కొన్ని పనులు అనుకోకుండా పూర్తవుతాయి.



కర్కాటకం

పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

మనోధైర్యంతో యత్నాలు సాగించండి. స్వయంకృషితోనే రాణిస్తారు. పనుల ప్రారంభంలో ఆటంకాలెదురవుతాయి. ఊహించని ఖర్చులు ఆందోళన కలిగిస్తాయి. ఇతరులకు బాధ్యతలు అప్పగించవద్దు. పదవుల నుంచి తప్పుకుంటారు. అయిన వారితో విభేదాలు తలెత్తుతాయి. ప్రశాంతంగా సమస్యలు పరిష్కరించుకోవాలి. దళారులను విశ్వసించవద్దు.



మకరం

ఉత్తరాషాఢ 2,3,4; శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పాదాలు

ఆర్థిక లావాదేవీలు నిరుత్సాహపరుస్తాయి. ఓర్పుతో వ్యవహరించాలి. ప్రముఖుల కలయిక సాధ్యం కాదు. బాకీలు లౌక్యంగా వసూలు చేసుకోవాలి. బాధ్యతల నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. శనివారం నాడు పనులు సాగక విసుగు చెందుతారు. శకునాల ప్రభావం అధికం. ఆశావహ దృక్పథంతో యత్నాలు సాగించండి. ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంటుంది.



సింహం

మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. ఆలోచనలు కార్యరూపం దాల్చుతాయి. పదవులు, బాధ్యతలు స్వీకరిస్తారు. వ్యతిరేకులు సన్నిహితులవుతారు. ఆత్మీయుల కలయిక సంతోషాన్నిస్తుంది. పనుల సానుకూలతకు అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తారు. డబ్బుకి ఇబ్బంది ఉండదు. జీవిత భాగస్వామి వైఖరిలో మార్పు సంభవం. మీ బలహీనతలను అదుపులో ఉంచుకోండి.



కుంభం

ధనిష్ఠ 3,4; శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

పెట్టుబడులపై దృష్టి సారిస్తారు. ఆలోచనలు నిలకడగా ఉండవు. అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాలి. కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. పనులు, బాధ్యతలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. ఆది, సోమ వారాల్లో మొహమాటాలకు పోవద్దు. ఆదాయానికి తగ్గట్టు ఖర్చులుంటాయి. ఇంట్లో ప్రశాంతత నెలకొంటుంది. ధనప్రాప్తి, వాహనయోగం ఉన్నాయి.



కన్య

ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

మీ ఓర్పు, నేర్పులకు పరీక్షా సమయం. అవకాశాలు అందినట్టే అంది చేజారిపోతుంటాయి. పనుల సానుకూలతకు అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తారు. ప్రముఖులను కలుసుకోవడం సాధ్యపడదు. అవసరాలు వాయిదా వేసుకుంటారు. పిల్లల విషయంలో శుభపరిణామాలు సంభవం. మీ ఇష్టాయిష్టాలను లౌక్యంగా వ్యక్తం చేయండి. వాహనం నడిపేటపుడు జాగ్రత్త.



మీనం

పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

శుభకార్యం నిశ్చయమవుతుంది. వ్యవహారాల్లో ఏకాగ్రత వహించండి. స్తోమతకు మించి హామీలివ్వవద్దు. కొన్ని పనులు అనుకోకుండా పూర్తవుతాయి. మంగళ, బుధ వారాల్లో ఖర్చులు విపరీతం. పొదుపు చేసిన డబ్బు ముందుగానే తీస్తారు. ఆరోగ్యం సంతృప్తికరం. నగదు, పత్రాలు జాగ్రత్త. విదేశీ విద్యాయత్నం ఫలిస్తుంది. మీ అభిప్రాయాలకు స్పందన వస్తుంది.

సొరియాసిస్ పాపాల ఫలితం కాదు

'వచ్చిన జబ్బుకు ఎంత కాలం చికిత్స చేశారన్నది వేరే మాట. అసలు జబ్బేమిటో కనుక్కోవడానికే ఏళ్లుగడిచిపోతే ఏమిటి పరిస్థితి? సుమారు 4 ఏళ్లకింద నా తలమీద వచ్చిన చర్మ సంబంధిత సమస్యను చాలా కాలం దాకా డాక్టర్లు చుండ్రు సమస్య గానే చెబుతూ వచ్చారు. ఆ తర్వాత రెండేళ్లు గడిచాక గానీ అది సొరియాసిస్ అని గుర్తించలేకపోయారు. తొలుత తల మీదే ఉండిపోయిన సొరియాసిస్ రెండేళ్లలో శరీరమంతా వ్యాపించింది. ఎన్ని మందులు వాడినా పెరగడమే తప్ప తగ్గనేలేదు. ఎప్పటికి తగ్గుతుంది? అసలు తగ్గుతుందా? లేదా అంటే ఇది ఏ జన్మ పాపమో, శాపమో ఈ వ్యాధి రూపంలో మనిషిని వేధిస్తుంది. ఎప్పటికి తగ్గుతుందంటే మేమేమీ చెప్పలేమన్నారు. డాక్టర్లేమిటి? ఇలా మాట్లాడటమేమిటని నేనైతే విస్తుపోయాను. అయినా ఈ మాటల్ని పదే పదే, వినీ వినీ విసుగెత్తిపోయి. ఆ డాక్టర్ల వద్దకు వెళ్లడం మానేశాను. సరిగ్గా అదే సమయంలో ఒక మిత్రుడు ఆయుర్వేదంలో సొరియాసిస్ వ్యాధిని సమూలంగా తొలగించే మందులు ఉన్నాయని చెప్పాడు. అది నిజమేనా? ఉంటే ఆ వివరాలు చెప్పండి" అంటూ నెలరోజుల క్రితం మా క్లినిక్‌కు ఒక ఉత్తరం వచ్చింది. అందుకు సమాధానంగా ముందుగా మేము చెప్పేదొక్కటే. ఆయుర్వేదంలో సొరియాసిస్ నుంచి పూర్తిగా విముక్తి కలిగించే చికిత్సా విధానాలు ఉన్నాయి. ఇది వాస్తవం.

సొరియాసిస్‌కు సమూల వైద్యం

అస్తమానం నెట్ చూసే ఆధునికులు నెట్‌లో సొరియాసిస్‌కు అసలు క్యూర్ అనేదే లేదని వస్తే, అదే పరమసత్యం అయినట్లు గుండెలు బాదుకుంటున్నారు. నిరాశానిస్పృహలతో అసలు వైద్య చికిత్సలకే వెళ్లడం లేదు. నొప్పి, మంటలు మరీ ఎక్కువై భరించలేని స్థితిలో తాత్కాలిక ఉపశమనం కోసం ఏవో మందులు తెచ్చుకుంటున్నారే తప్ప సమస్యను సమూలంగా తొలగించే ఆయుర్వేదం గురించి వారు ఆలోచించలేకపోతున్నారు. అందుకే కుటుంబంలోని ప్రతి సభ్యుడికీ సొరియాసిస్ గురించిన అవగాహన కలగడం చాలా అవసరం. ఏదైనా వ్యాధి సోకినప్పుడు చాలా మంది ఆ వ్యాధి కనిపించకుండా పోతే చాలు అనుకుంటున్నారే గానీ, ఆ వ్యాధిని వేళ్లతో సహా పెరికివేయాలన్న తలంపు రావడం లేదు. సమస్య ఏళ్లపర్యంతం కొనసాగడానికి ఇదే కారణమవుతోంది. సుదీర్ఘకాలంగా ఈవ్యాధి తో బాధపడేవారికి నిద్రలేమి ప్రధాన సమస్యగా ఉంటుంది. నిద్రలేమితో జీర్ణవ్యవస్థ దెబ్బ తింటుంది. జీవక్రియలు కుంటుపడతాయి. ఈ స్థితిలో ముందుగా వచ్చేవి. అధిక రక్తపోటు, మధుమేహ వ్యాధులు. సొరియాసిస్ వ్యాధిగ్రస్తుల్లో ఎక్కువ మంది థైరాయిడ్ సమస్యకు గురయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉంది. సమస్య ఇంకా అలాగే ముదిరిపోతే అది చర్మాన్నే కాకుండా, నాడీ వ్యవస్థను దెబ్బతీస్తుంది అదే క్రమంలో కిడ్నీలు, లివర్, గుండె, మెదడు దెబ్బతింటూ పోయే ప్రమాదం ఏర్పడుతుంది. అయితే, వ్యాధిని సమూలంగా పోవాలనుకున్నప్పుడు ఆయుర్వేదాన్ని ఆశ్రయించడం తప్ప మరో మార్గం లేదు. సొరియాసిస్ చికిత్సలో ప్రధానంగా ఉండే పంచకర్మ చికిత్సలు రోగిని శారీరకంగానే కాకుండా, మానసికంగా కూడా ఆరోగ్యవంతుడ్ని, చైతన్యవంతుడ్ని చేసే అవకాశాలు మెండుగా ఉంటాయి.



డాక్టర్ ఎన్. రామకృష్ణారెడ్డి
ఆర్.కె ఆయుర్వేదిక్ అండ్ సొరియాసిస్ రీసెర్చ్ సెంటర్

కూకట్‌పల్లి	8886922245
నాంపల్లి	8886922247
హన్మకొండ	8886922248
విజయవాడ	8886922249
వైజాగ్	8886922250
కర్నూలు	8886922251
తిరుపతి	8886922252

మూలాలు తెలుసుకుంటేనే తెల్ల మచ్చలు మాయం

మనసే కాదు కొన్నిసార్లు శరీరం కూడా విచక్షణా జ్ఞానం కోల్పోతుంది. ఈ నిజాన్ని పసికట్టలేకే కొందరు తెల్లమచ్చల (ల్యూకోడెర్మా) లాంటి వ్యాధులు రావడానికి కారణమే తెలియదని చేతులు దులిపేసుకుంటారు. అయినా వైద్యం మాత్రం చేస్తుంటారు. నిజానికి, వ్యాధి కారణం తెలియకుండా వైద్యం చేయడం అంటే అది, కటిక చీకట్లో కీకారణ్యంలోంచి ప్రయాణం చేయడమే. ఒంటి మీద తెల్ల మచ్చలు రావడానికి ఇతర కారణాలు చాలానే ఉన్నా, వాటిల్లో శరీరం తన విచక్షణ, జ్ఞానం కోల్పోవడం ఒక బలమైన కారణం. అదేమిటంటారా?

రోగనిరోధక వ్యవస్థలో.....

మన శరీరంలో వ్యాధులనుంచి తనను తాను రక్షించుకునేందుకు ఒక వ్యాధి నిరోధక వ్యవస్థ ఉంటుంది. అది బయటి నుంచి వచ్చే రోగ కారక కీటానువుఖులనూ, విషపదార్థాలనూ, శరీరంలో తయారయ్యే కొన్ని విషపదార్థాలను ఇవి తన శరీరానికి సంబంధించినవి కావని గుర్తించి వాటిని నాశనం చేసి శరీరం రోగాల బారిన పడకుండా కాపాడుతుంది. అయితే ఒక్కోసారి ఈ వ్యాధి నిరోధక వ్యవస్థ రోగగ్రస్తమవుతుంది. ఈ స్థితిలో శరీరంలో తిరుగాడే కణజాల్లో, ఏది తన శరీరానికి సంబంధించిందో ఏది కాదో గ్రహించే విచక్షణా జ్ఞానాన్ని కోల్పోతుంది. దానివల్ల తన శరీర కణజాలాన్ని కూడా పరాయివిగా భావించి వాటిని ధ్వంసం చేస్తుంది. ఈ క్రమంలో శరీరానికి కావలసిన రంగును తయారుచేసే మెలనోసైట్స్ అనే కణాలను పరాయివిగా, హానికారకంగా భావించి నాశనం చేస్తుంది. ఫలితంగా శరీరం తన సహజవర్ణాన్ని కోల్పోయి, తెల్ల మచ్చలు ఏర్పడతాయి. అయితే శరీరం తన విచక్షణా జ్ఞానాన్ని కోల్పోవడానికి వాత పిత్త కఫాల్లో వచ్చిన తేడాలు, అప్పటికే శరీరంలో పేరుకు పోయిన వ్యర్థ విషపదార్థాలు కారణమనే నిజాన్ని ఇతర వైద్యవిధానాలు ఇప్పటికీ గుర్తించలేకపోయాయి. ఒక వేళ గుర్తించినా తిరిగి శరీరాన్ని సాధారణ స్థితికి తెచ్చే మార్గమేమిటో వారికి అంతు చిక్కడం లేదు. అందుకే వారు తెల్లమచ్చల్ని శాశ్వతంగా రూపుమాపలేకపోతున్నారు.

ఆయుర్వేద విశిష్టత

శరీరాన్ని తిరిగి తన సహజ స్థాయికి తేవడంలో ఆయుర్వేదం అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ప్రత్యేకించి తెల్ల మచ్చలను సమూలంగా తొలగించే శక్తివంతమైన ఔషధాలు ఆయుర్వేదంలో ఉన్నాయి. అందుకు ఉపకరించే కొన్ని అరుదైన ఔషధ మూలికల కలయికలతోనే శ్రీ ధన్వసాయి ఆయుర్వేదిక్ ఫార్మసీ తెల్ల మచ్చలను సమూలంగా నిర్మూలించే లూకోకిట్ అనే ఔషధాన్ని తయారు చేసింది. నానాటికి ప్రకృతికి దూరమైపోతున్న కారణంగా మానవ శరీరాల్లో విటమిన్ - డి తగ్గిపోతోంది. ఫలితంగా శరీరానికి వర్ణాన్నిచ్చే మెలినోసైట్స్ తగ్గిపోతాయి. ఫలితంగా తెల్లమచ్చలు ఏర్పడతాయి. అయితే ఏ కారణంగా వచ్చిన తెల్ల మచ్చలైనా ఈ లూకోకిట్ ఔషధాలతో మటుమాయమవుతాయి. ఇందులో కృత్రిమ ఔషధాలు, రసాయనాలు లే నందున ఏ రకమైన దుష్ప్రభావాలకూ అవకాశం లేదు. ఇందులో చర్మానికి పూర్వ వర్ణాన్నిచ్చే మెలనిన్ ఉత్పత్తిని పెంచే మూలికలతో ఈ ఔషధం తయారు చేయబడింది.

లూకోకిట్ గురించి.....

ఈ లూకోకిట్‌లో మూడు రకాల ట్యాబ్లెట్లు ఉంటాయి. వీటిని ఉదయం సాయంత్రం భోజనం తర్వాత వేసుకోవాలి. వీటితో పాటు చర్మం మీద అప్లై చేస్తే కలర్‌కాట్ ఎల్, కలర్‌కాట్- ఎల్ మిక్స్ ద్రావణం కలయికలతో చర్మానికి సహజ వర్ణాన్నిచ్చే ఔషధం తయారు చేయబడింది. సహజ వర్ణం పోయి తెల్ల మచ్చలు ఏర్పడిన చోట ఈ ద్రావణాన్ని అప్లై చేసి 10 నుంచి 15 నిమిషాల పాటు ఎండలో కూర్చోవాలి. రోజూ ఉదయం, సాయంత్రం ఈ మందును అప్లై చేస్తే తిరుగులేని ఫలితాలు వస్తాయి. మచ్చలు ఎప్పటికీ పోవనేవి ఉత్తి మాటలుగానే మిగిలిపోతాయి. మచ్చలు మచ్చుకైనా లేని జీవితం మీ సొంతమవుతుంది.

ADVT

దర్జీల బతుకు చిత్రం

ప్రపంచీకరణ మిగిల్చిన అనేక విషాదాల్లో స్థానిక వృత్తుల విధ్వంసం ప్రధానమైనది. తాతల కాలంనుంచి ఉపాధి చూపిన వృత్తిని వదులుకోలేక, మరో వృత్తిలోకి మారలేక ఆయా వర్గాల ప్రజలు ఎదుర్కొన్న సంక్షోభం, సంఘర్షణ నేపథ్యంగా విస్తృతంగా సాహిత్యం వచ్చింది. ఐతే బయటి వ్యక్తుల కన్నా బాధితులే తమ అనుభవాల్ని సాహిత్య రూపాల్లోకి మార్చినపుడు ఆ రచనకు జీవం వస్తుంది. అటువంటిదే వి.వెంకట్రావు రాసిన 'మారిపోయెరా కాలము' నవల. ఈ రచయిత స్వయంగా దర్జీ.

ఆర్థిక సంస్కరణల ఫలితంగా బతుకు తెరువు కోల్పోయిన నారాయణ అనే ఒక టైలర్ జీవిత ప్రయాణం ఈ నవల. దర్జీల జీవితాల్లోని అన్నికోణాల్నీ ఈ నవలలో చూపించారు. 1970ల్లో టైలర్లకు స్వర్ణయుగం లాంటి దశ నుంచి ఆధునిక సంక్షోభ కాలం దాకా ఈ నవల సాగుతుంది. అప్పటివరకు కంటి నిండా కునుకు దొరకని నారాయణకు రెడీమేడ్ షాపుల రాకతో గిరాకీలు తగ్గిపోతాయి. అప్పటికే పీకల్లోతు కష్టాల్లో ఉన్న అతనికి రోడ్డు ప్రమాదం కావడంతో ఆశ్రయం కోసం హైదరాబాద్‌లో ఉన్న కొడుకు దగ్గరకు వస్తాడు. అక్కడ ఎదురైన అనుభవాలే కొత్త ప్రపంచాన్ని చూపిస్తాయి. తనలాగే ఉపాధి కోల్పోయిన స్వర్ణకారుడు ఆచారి పాత్ర ప్రపంచీకరణ అసలు గుట్టును, కారణాల్ని వివరించి తలకిందుల సమాజాన్ని అర్థం చేసుకునేలా చేస్తుంది.

రచయిత కేవలం సమస్యను ఏకరువు పెట్టడమే కాదు, సంక్షోభానికి కారణాల్ని, పరిష్కారాల్ని చూపడానికి ప్రయత్నించారు. అసహజ పాత్రలూ, కల్పించిన మలుపులూ లేకుండా ఒక టైలర్ తన జీవితం గురించి మనతో భావాలను పంచుకున్నట్లుగా రచయిత శైలి సాగుతుంది. 'అందరూ సంతోషంగా ఉంటే కాలానికి అసూయ. త్వరగా కరిగిపోతుంది..' ; 'పని చేస్తే మనిషి అవసరాలు తీరడమే కాదు, మనుషుల మధ్య వైషమ్యాలు కూడా తగ్గిపోతాయి ...' లాంటి దాచిపెట్టుకోదగిన వాక్యాలు చాలా ఉన్నాయి.

ఐతే విజయనగరం నేపథ్యంగా సాగే నవలలో ఆ ప్రాంతపు మాట తీరు, పలుకుబళ్లను మరింతగా వాడుకుని ఉంటే బాగుండేది.

- చందు తులసి



మారిపోయెరా కాలము
వి. వెంకట్రావు
పేజీలు : 216, **వెల:** రూ.80
ప్రతులకు: 92472 35401

కొత్త పుస్తకాలు

స్వప్న సాధకుల ప్రపంచం

ఇప్పటి స్కూలు విద్యార్థులు కవిత్వం రాయగలరా? అంతటి ఆసక్తి, ఆలోచనాశక్తి వారిలో ఉంటుందా? సమాజం సంక్లిష్టభరితంగా మారుతున్న తరుణంలో, భవిష్యత్ యంత్రాలుగా మారే విద్యార్థులపై అలవి కాని బరువు పెరుగుతున్న సందర్భం ఇది. ఈ సమయంలో వారిలోని సృజనాత్మకతని బతికించాలంటే అది ఉపాధ్యాయులకే సాధ్యం. అందుకే 'తరగతి గది ఈ దేశానికి ముఖచిత్రం కావాలంటా'రు బాల సుధాకరమౌళి. పాఠాలతో పాటూ కవిత్వాన్ని బోధించి వాళ్లతో కవిత్వం రాయించి అక్కడితో ఆగకుండా ఆ కవితలకు పుస్తక రూపం ఇచ్చారాయన. 'పిల్లలు గొప్ప ఊహాశాలులు. చప్పున అందుకుని, అంతర్గతం చేసుకుని ఆనందించగలరు. లోలోపల నిక్షిప్తం చేసుకోగలరు' అంటారు ఈ పుస్తకం చివరలో కె. శివారెడ్డి. ఎనిమిది మంది విద్యార్థులు రాసిన ఈ కవిత్వం చదివిన తర్వాత వారిలోని సృజనకు అబ్బురపడి, దాన్ని వెలికి తీసిన మౌళిని అభినందించకుండా ఉండలేం.

- కిరణ్ చర్ల

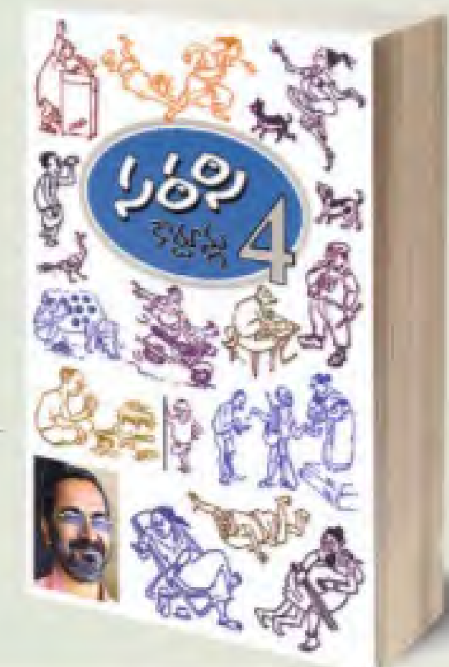


స్వప్నసాధకులు
(విద్యార్థుల కవిత్వం)
సంపాదకత్వం : బాలసుధాకరమౌళి
పేజీలు : 80, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : 9676493680

నవ్వుకునోళ్లకు నవ్వుకున్నంత!

కార్టూననేది పాఠకుల చంకల్లో వేళ్లుపెట్టి గిరకకూడదు. బొమ్మ చూడగానే భళ్లున నవ్వు ఎగదన్నుకు రావాలి. దాదాపు సరసి కార్టూన్లన్నీ ఈ తరహావే. అది రాజకీయం కావచ్చు - రాజులవి కావచ్చు, వంటింటివి కావచ్చు - వకీలువి కావచ్చు... మనం ఊహించని ఇరుకుల్లోకి మెలికలా దూరి హాస్యాన్ని రాజేయగల చతురుడాయన. నిలువెల్లా సెన్సాఫ్ హ్యూమర్ ఉంటే తప్పించి వేయలేని కార్టూన్లివి. సరసి వెలువరించిన కార్టూన్ల పుస్తకాల్లో ఇది నాలుగవది. బోల్డన్ని కార్టూన్లతో పాటు 'లంకెజాడీలనే పుంతలదేశపు కుంతలరాజు బొమ్మల చరిత్ర మనకొక బోనస్. మీలో నవ్వగల ఓపిక ఉండాలే గాని, మిమ్మల్ని వెంటాడి, వేటాడి నవ్వించగల సత్తా ఈ కార్టూన్లకుంది.

- గొరుసు



సరసి కార్టూన్లు - 4
పేజీలు : 176, **వెల :** రూ.130
ప్రతులకు : 94405 42950

ఇవీ వచ్చాయి

మల్లెల పరిమళం
రచన : మల్లెమొగ్గల గోపాలరావు
పేజీలు : 118, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : 98857 43834

విప్లవ సూర్యుడు (కవిత్వం)
రచన : జానిబాషా చరణ్ తక్కెడశిల
పేజీలు : 104, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

స్ఫూర్తి (కథా సంపుటి)
రచన : డా.శంకరమంచి శ్యాంప్రసాద్
పేజీలు : 46, **వెల :** రూ.50
ప్రతులకు : 99891 48305

కాసేపు నవ్వుకుందాం
రచన : స్తంభంకాడి ప్రకాశ్
పేజీలు : 60, **వెల :** రూ.60
ప్రతులకు : 99086 54529

'పద'నిసలు (తెలుగు క్రాస్‌వర్డ్ పజిళ్ళు)
రచన : సత్యసాయి కొవ్వలి
పేజీలు : 176, **వెల :** రూ.150
ప్రతులకు : 98194 83562

అపరోక్షానుభూతి (గేయామృత స్రవంతి)
రచన : ఆచార్య అనుమాండ్ల భూమయ్య
పేజీలు : 140, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : నవోదయ బుక్ హౌస్

తెలుగు వారపత్రికలు - రచనా ధోరణులు
రచన : వేదగిరి రాంబాబు
పేజీలు : 356, **వెల :** రూ.200
ప్రతులకు : 93913 43916

సుందరకాండము (7 రోజుల పారాయణ గ్రంథము)
రచన : చావలి ఆంజనేయ మూర్తి
పేజీలు : 80, **వెల :** రూ.60
ప్రతులకు : 94411 70455

ఇదీ సుపరిపాలన
రచన : వనం జ్వాలా నరసింహారావు
పేజీలు : 328, **వెల :** రూ.250
ప్రతులకు : అన్ని ప్రధాన పుస్తక కేంద్రాలు

హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో హార్మోన్ సమస్యల నివారణకు సరైన వైద్యం



డా. శ్రీకాంత్ మోర్లావర్
CMD
హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్

ఈ మధ్యకాలంలో చాలామంది థైరాయిడ్, పీ.సి.ఓ.డి., సంతానలేమి మరియు డయాబెటిస్ వంటి దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలతో ఎక్కువగా బాధపడటం జరుగుతోంది. ఈ విధమైన ఆరోగ్య సమస్యలు హార్మోన్‌ల అసమతుల్యత వలన ఏర్పడతాయని చాలా మందికి తెలియదు. ఇలాంటి అసమతుల్యతలు ఏర్పడటానికి కేవలం చిన్న కారణమైనా చాలు - అవి తీవ్రమైన దీర్ఘకాలిక వ్యాధులకు దారి తీస్తాయి. కాబట్టి వీటి పట్ల అవగాహన పెంచుకోవడం వలన ఇలాంటి వ్యాధుల బారిన పడకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చు.

హార్మోన్‌లు అనేవి శరీరంలోని ఎండోక్రైన్ గ్రంథుల నుండి ఉత్పత్తి అయ్యే రసాయన వాహకాలు. ఇవి శరీరంలో ఒక ప్రాంతపు కణజాలం, అవయవాల నుండి ఉత్పత్తి కాబడి - రక్తప్రసరణ ద్వారా వివిధ శరీర భాగాలకు చేరుకుని, ఆయా నిర్దిష్ట అవయవాలను ప్రభావితం చేసి, తద్వారా శరీర జీవక్రియల సమతుల్యతకు తోడ్పడతాయి.

ఇవి శరీరంలో సూక్ష్మమోతాదులోనే ఉత్పత్తి అయినప్పటికీ, శరీరంలోని సాధారణ జీవక్రియలైన జీర్ణక్రియ మొదలుకొని శారీరక-మానసిక ఎదుగుదల, ప్రత్యుత్పత్తి, మానసిక సమతుల్యత వంటి అన్ని జీవక్రియలపై ఈ హార్మోన్‌ల ప్రభావం ఉంటుంది. ఏ కారణం చేతనైనా ఇవి అసమతుల్యతకు గురి అయితే, అలాంటి పరిస్థితులు తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలను కలుగజేస్తాయి.



వివిధ హార్మోన్‌లు - వాటి అసమతుల్యత వలన కలిగే వ్యాధులు:

థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు-(T3, T4): ఇవి థైరాయిడ్ గ్రంథి నుండి ఉత్పత్తి అవుతాయి. మానవుడి జీవక్రియలపై వీటి ప్రభావం 90% ఉంటుంది. వీటి అసమతుల్యత వలన హైపోథైరాయిడ్, హైపర్ థైరాయిడ్, గాయిటర్ వంటి దీర్ఘకాలిక జబ్బులు కలుగుతాయి.

హైపర్‌థైరాయిడిజం: శరీరంలో థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు ఎక్కువ మోతాదులో ఏర్పడటం వలన ఈ సమస్య కలుగుతుంది. **లక్షణాలు:** బరువు తగ్గడం, నీరసం, గుండెదడ, కాళ్ళు-చేతులు వణకడం మొదలైన లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

హైపోథైరాయిడిజం: థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు తక్కువ మోతాదులో ఉత్పత్తి కావడం వలన ఇది ఏర్పడుతుంది. **లక్షణాలు:** బరువు పెరగటం, జుట్టు రాలడం, నీరసం, మతిమరుపు, ఋతుచక్ర సమస్యలు మొదలైన లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

గాయిటర్: గొంతు క్రింద ఉండే థైరాయిడ్ గ్రంథి వాపునకు గురి కావడాన్ని గాయిటర్ అంటారు. ఇది ముఖ్యంగా అయోడిన్ అనే మూలకం యొక్క లోపం వలన కలుగుతుంది. ఇది హైపోథైరాయిడ్ లేదా హైపర్‌థైరాయిడ్ సమస్యలతో కూడుకుని ఉండవచ్చు.

హోమియోకేర్ చికిత్స: ప్రస్తుత పరిస్థితులలో మానవుని ప్రకృతి విరుద్ధమైన జీవన విధానం, అధిక ఒత్తిడికి గురికావడం, వ్యాయామ లోపం వలన ఎక్కువ శాతం థైరాయిడ్ వ్యాధుల బారినపడటం మనం తరచుగా గమనిస్తున్నాము. థైరాయిడ్ సమస్యలకు జీవితకాలం మందులు వాడే అవసరం లేకుండా, ఈ సమస్యలు రావడానికి గల మూలకారణాన్ని గుర్తించి, రోగి యొక్క తత్వానికి అనుగుణంగా సరైన హోమియో వైద్యం చేయడం ద్వారా థైరాయిడ్ హార్మోన్ సమస్యలను సంపూర్ణంగా నయం చేయవచ్చు.

స్త్రీలలో ఉండే హార్మోన్‌లు: ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టిరాన్, ప్రొలాక్టిన్, ఆక్సిటోసిన్ హార్మోన్‌లు స్త్రీలలో రజస్వల, ఋతుచక్రం, ద్వితీయ లైంగిక లక్షణాలు, సంతానోత్పత్తి మరియు ప్రసవంలో ఉపకరిస్తాయి. వీటి అసమతుల్యత వలన స్త్రీలలో ఋతుచక్ర సమస్యలు (పీసిఓడి), హిర్సుటిజం (అవాంఛిత రోమాలు) మరియు సంతానలేమి సమస్యలు ఏర్పడతాయి. స్త్రీలలో మెనోపాజ్ మరియు రజస్వల అయ్యే సమయంలో హార్మోన్‌ల ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మెనోపాజ్‌లో హార్మోన్‌ల హెచ్చుతగ్గుల వలన Hot Flushes, మానసిక అశాంతి, నీరసం, కీళ్ళు మరియు కండరాల నొప్పులు కలుగుతాయి.

పురుషులలో ఉండే హార్మోన్‌లు: TSH, LH మరియు టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్‌లు పురుషులలో శుక్రకణాల ఉత్పత్తికి తోడ్పడతాయి. ఈ టెస్టోస్టిరాన్ అసమతుల్యత వలన శీఘ్రస్ఖలనం, అంగస్థంభన సమస్యలు, శుక్రకణాల సమస్యలు ఏర్పడటం వలన సంతానలేమి సమస్యలు కలుగుతాయి.

హోమియోకేర్ చికిత్స: హార్మోన్ సమస్యలు ఒకదానితో మరొకటి అనుసంధానమై ఉంటాయి. వీటికి హోమియోకేర్ వైద్యంతో ఎలాంటి హార్మోన్‌లు బయట నుండి ఇవ్వకుండా, హార్మోన్ అసమతుల్యతలను సరిచేయటం వలన ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా ఋతుచక్ర సమస్యలతో పాటు, పీ.సి.ఓ.డి., సంతానలేమి మరియు శుక్రకణ సంబంధిత సమస్యలను సంపూర్ణంగా నయం చేయవచ్చు.

డయాబెటిస్ ఇన్‌సిపిడస్: ఈ సమస్య ADH (యాంటీ డయూరెటిక్ హార్మోన్) లోపం వలన కలుగుతుంది. దీనిని అతి మూత్ర వ్యాధి అంటారు.

డయాబెటిస్ మెల్లిటస్: ఇది క్లోమ గ్రంథి ఉత్పత్తి చేసే ఇన్సులిన్ లోపం వలన లేదా తక్కువ మోతాదులో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కావడం వలన కలుగుతుంది. ఇది రెండు రకాలు. **టైప్-I డయాబెటిస్:** ఇది ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కాకపోవడం వలన వస్తుంది. దీనిని 'జువెనైల్ డయాబెటిస్' అని అంటారు. ఈ వ్యాధి ఉన్నవారు పూర్తిగా ఇన్సులిన్ ఇంజెక్షన్లపై ఆధారపడవలసి వస్తుంది. **టైప్-II డయాబెటిస్:** ఇది ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి తగ్గటం వలన వస్తుంది. ఇది ఎక్కువగా 30 సం॥లు పైబడిన వారిలో వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ ఈ మధ్యకాలంలో యుక్తవయస్సులో ఉన్నవారికి కూడా ఇది వస్తోంది. డయాబెటిస్‌తో బాధపడే వారి రక్తంలోని చక్కెర శాతాన్ని సరిగ్గా నియంత్రణ చేయకపోవడం వలన దీర్ఘకాలంలో డయాబెటిక్ నెఫ్రోపతి, డయాబెటిక్ న్యూరోపతి, రెటినోపతి, గుండె సమస్యలు, అంగస్థంభన సమస్యల లాంటి కాంప్లికేషన్‌లు వస్తాయి.

హోమియోకేర్ చికిత్స: డయాబెటిస్‌ను తొందరగా గుర్తించి, తద్వారా తొలిదశలోనే హోమియోకేర్ ప్రత్యేక హార్మోన్ సెల్ మరియు కాన్స్‌టిట్యూషనల్ విధానం ద్వారా దీర్ఘకాలికంగా డయాబెటిస్ బాధితులుగా ఉన్నవారిలో వ్యాధిని అదుపులో ఉంచటమే కాకుండా, ఎలాంటి దుష్ఫలితాలు లేకుండా డయాబెటిస్ సంబంధిత కాంప్లికేషన్‌లన్నింటినీ నివారించవచ్చు.

కార్టికో స్టిరాయిడ్స్: ఇవి అడ్రినల్ గ్రంథి నుండి విడుదల అవుతాయి. ఇవి అన్ని ముఖ్యమైన జీవక్రియలలో మరియు రోగనిరోధక వ్యవస్థలో ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తాయి. వీటి అసమతుల్యత వలన కుషింగ్స్ మరియు అడిసన్స్ వ్యాధులు వస్తాయి.

హార్మోన్ సమస్యలకు హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్ వైద్యం: 'హోమియోకేర్' సొంతమైన ప్రత్యేక 'హార్మోన్ సెల్' మరియు జెనెటిక్ కాన్స్‌టిట్యూషనల్ సిమిలిమం పద్ధతుల ద్వారా అన్ని హార్మోన్ సమస్యలకు ఖచ్చితమైన మరియు ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు లేని వైద్యం అందించి, తద్వారా ఇక జీవితంలో హార్మోన్ సమస్యలు మళ్ళీ తిరగబెట్టకుండా సంపూర్ణంగా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.



హోమియోకేర్® ఇంటర్‌నేషనల్
వరల్డ్–క్లాస్ హోమియోపతి

టోల్ ఫ్రీ 1800 108 1212
కన్సల్టేషన్ ఉచితం 955 000 1199
www.homeocare.in

ADVT

స్పోర్ట్స్ క్విజ్ - 10

1. ఈ ఫోటోలో ఉన్న షోయబ్ అక్తర్ పేరిట ఓ రికార్డు ఉంది. ఏమిటది?
2. మహమ్మడన్ స్పోర్టింగ్ క్లబ్ తన జీవితకాల సభ్యత్వాన్ని గత ఏడాది ఎవరికి ఇచ్చింది?
3. 2016 చెన్నయ్ ఓపెన్ టైటిల్ టెన్నిస్ విజేత ఎవరు?
4. తన 100వ టెస్ట్‌లో డకౌట్ అయిన క్రికెటర్ ఎవరు?
5. విజయ్ చౌధురి ఏ క్రీడకు సంబంధించిన ఆటగాడు?

జవాబులు :

1. అత్యంత వేగవంతమైన బౌలర్. ఈ పాకిస్తానీ బౌలర్ గంటకు 161.3 కి.మీ వేగంతో బంతిని విసిరాడు. క్రికెట్‌లో అత్యధిక వేగంగా బౌలింగ్ చేసిన రికార్డు అక్తర్ పేరిట ఉంది.
2. అమితాబ్ బచ్చన్. 1891 స్థాపించబడిన ఈ క్లబ్ మన దేశ ఫుట్‌బాల్ క్లబ్‌లలో ప్రముఖమైనది.
3. స్టాన్ వావ్రింకా. స్విట్జర్లాండ్ ఆటగాడైన వావ్రింకా ఈ టైటిల్ విజేత. క్రొయేషియాకు చెందిన బోర్నా కొరిక్‌ని ఓడించి 2016 చెన్నయ్ ఓపెన్ టైటిల్‌ను కైవశం చేసుకున్నాడు.
4. అలిస్టర్ కుక్. ఇంగ్లండ్ కెప్టెన్ అయిన కుక్ తన 100వ టెస్ట్ రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో ఎదుర్కొన్న తొలి బంతికే (గోల్డెన్ డకౌట్) అవుటయ్యాడు.
5. రెజ్లింగ్. గత ఏడాది నాగపూర్‌లో జరిగిన మహారాష్ట్ర కేసరి రెజ్లింగ్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో విజయ్ చౌధురి విజేతగా నిలిచాడు. 2014, 2015లలో కూడా ఈయనే విజేత.

గత వారం జవాబులు

పూరణం

నిర్వహణ : గౌరుసు

1		2	❄	3	4	5		❄	6	7
	❄	8	9	❄	10		❄	11		
12	13	❄	14			❄	15		❄	
16				❄	17	18	❄	19		
❄		❄	20		❄	21			❄	❄
22		23	❄	❄	24		❄	25		26
	❄	27		28		❄	29		❄	
30	31		❄	32		❄	33		34	❄
❄		❄	35		❄	36		❄	37	38
39		40	❄	❄	41		❄	42		
43			❄	44		❄	45		❄	❄

అడ్డం

1. ప్రమాదం కాదు ఆనందం (3)
3. శ్రీవేంకటాచలపతికి ఇదే మేలుకొలుపు (4)
6. తినగ తినగ తియ్యనుండేది? (2)
8. హృదయం (2)
10. ఉత్తర్వులు విడుదల చేయడం (2)
11. లోహాలకు పట్టే మురికి (3)
12. ఎవరికోసమూ ఆగనిది! (2)
14. బందోబస్తు / కావలి (3)
15. చర్మం (2)
16. చెదిరిన ఈ బలమే రాజుల యుద్ధానికి బలం (4)
17. అగ్నికి ఏం తోడైనట్టు? - అట్నుంచి (2)
19. కాటకం (3)
20. లోపించబడినది (2)
21. గాంధారి పుత్రిక (3)
22. అల్లరి పిల్లలకు పంతుళ్లు చేసే పూజ (3)
24. పొగాకు చూర్ణం - కిళ్లీల్లో వేసేది (2)
25. చర్నాకోల (3)
27. చీకట్లో మెరిసే పురుగులు- దారితప్పాయి(4)
29. మోటు భాషలో భార్య (2)
30. విశ్వామిత్రుడు సృష్టించిన స్వర్గం (3)
32. ఉయ్యాల (2)
33. ఇంటిముందు ఆవరణ (3)
35. బురదగుంట - దిగబడ్డామా అంతే! (2)
36. గుడారం (2)
37. అన్నం వండటానికి ముఖ్యంగా ఏం కావాలి? (2)
39. తిన్నది అరగనపుడు వచ్చేది - మొదలు సవరించాలి (3)
41. వాడుకలో చోరుడు (2)
42. తాంత్రిక విద్య తెలిసినవాడు (3)
43. తడబడ్డ వీరుడు (3)
44. ఇది ముదిరితే ఊసరవెల్లేనట! (2)
45. సమాజం (2)

నిలువు

1. కక్ష సాధింపు (4)
2. గుడ్డలు ఆరవేసే తాడు/కర్ర (2)
4. చిరంజీవి స్థాపించిన రాజకీయ పార్టీ (4)
5. అతి పెద్ద / ఎక్కువ మోతాదు (2)
6. సుత్తి జంటల్లో ఒకరు (2)
7. మోక్ష సాధకుడు (4)
9. భార్యాభర్తలు (4)
11. ముద్దుముద్దుగా మాట్లాడే పడతి (7)
13. ఆమ్యామ్యా మరిగినవాడు (4)
18. భయంతో కూడిన తొందరపాటు (3)
22. మేళం (3)
23. వణుకులాంటి పగోజి మండలం (3)
24. జంట (3)
26. మరక (2)
28. తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి రంగు (3)
29. పని లేకుండా తిరిగేవాడు - రాజ్‌కపూర్ సినిమాగా వచ్చాడు (3)
31. భీష్మ పిత (4)
34. ఒక ఉత్తరాఫ్రికా దేశం (3)
36. నిశిత దృష్టిగల పక్షి (2)
38. వైవాహిక చుట్టరికం - కిందనుండి (2)
39. దేవుడు ఊరేగే రథం (2)
40. మనకు కనిపించని మన శరీర భాగం పల్టీ కొట్టింది (2)
41. కాకిముక్కుకి ఏ పండు? (2)
42. ఒక తెలుగు మాసం (2)

కొస మెరుపు

జత కలిసే...

ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు ఎలా ఉన్నా, బయటికి వెళ్లినప్పుడు మాత్రం తమ డ్రెస్సింగ్‌తో 'మ్యాచింగ్... మ్యాచింగ్' అయ్యేలా భర్త డ్రెస్సింగ్ కూడా ఉండాలని కోరుకుంటారు కొందరు ఆడవాళ్లు. ఈ మ్యాచింగ్ క్రేజ్ అక్కడితో ఆగకుండా కపుల్ టాటూలు, జంట టీ షర్టులు, జోడీ కప్పులు, కాంబీ దిండ్లదాకా వచ్చేసింది. టాటూల గోల ఎప్పుడో మొదలయినా, ఇప్పుడు 'కపుల్ టాటూ'ల ట్రెండ్ నడుస్తోంది. ఒకే టాటూని, ఇద్దరి చేతులపైన వేయడమే కపుల్ టాటూ. బాహుబలిలో శివుడు వేసే 'పచ్చబొట్లు' ఇవే. తమ ప్రేమను బహిరంగంగా వ్యక్తం చేసేందుకు, చిరు వాక్యాల్లో తమ అనుబంధాన్ని తెలిపేందుకు 'కపుల్ టీ షర్ట్‌లు' బాగా ఉపయోగపడతాయి. ఇక కపుల్ కప్పుల గురించి, జంట పిల్లోల గురించి చెప్పనవసరమే లేదు... కష్టసుఖాలను చెరి సగం పంచుకునే భార్యాభర్తల కోసం ప్రత్యేకంగా తయారుచేశారివి! అర్ధనారీశ్వర తత్వంలా... వీటినీ కలిపి చూస్తేనే అందం. విడివిడిగా చూస్తే ఇవీ అసంపూర్ణమే.





ఆస్తమా (ఉబ్బసం), ఆయాసంతో బాధపడుతున్నారా?





01. ఆస్తమా అంటే ఏమిటి? కారణాలు? **02.** అలర్జీ, ఆస్తమా ఒకటేనా?

03. ఆస్తమా ఎటాక్‌ను నివారించటం ఎలా? **04.** ఆస్తమా వచ్చినపుడు మీరు ఏమి చేయాలి?

05. వ్యాయామం, యోగా చేయటం ద్వారా ఆస్తమాను నివారించవచ్చా?

06. ఆస్తమా నీరు, గాలి, వాతావరణం, ఆహారం ఎంతవరకు కారణం అవుతాయి?

07. మానసిక ఒత్తిడివలన ఆస్తమా ఎక్కువ అవుతుందా? **08.** ఆస్తమాను నయంచేయవచ్చా?

09. ఆస్తమాను నివారిస్తూ ఎదుర్కోవటం ఎలా? **10.** ఆస్తమా ఏ వయసువారిలో ఎప్పుడు వస్తుంది?

11. హోమియోపతి, ఆయుర్వేద వలన ఏదైన సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ వస్తాయా?




PH:90300 64224

Toll Free No: 1800-108-5566
WhatsApp No: 9247 00 2593

www.starhomeopathy.com, www.starayurveda.com

గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలా ?	ఆపరేషన్ లేకుండా...	హార్మోన్ సమస్యలా?	చర్మ సంబంధ సమస్యలా?
కడుపులో మంట, ఛాతిలోమంట ఆకలి తగ్గడం, తలనొప్పి, వాంతి వచ్చినట్లు ఉండటం, కొంచెం తిన్నకడుపు నిండినట్లుఉంటంది	కీళ్ళనొప్పులు, సయాటిక, టాన్సిల్స్, అడినాయిడ్స్, స్పాండిలోసిస్,కిడ్నీలోరాళ్ళు...	థైరాయిడ్,ఊభకాయం, మధుమేహం, జుట్టురాలడం, PCOD, సంతానలేమి.	మొటిమలు, అలర్జీ, నల్ల & తెల్ల మచ్చలు, సోరియాసిస్...
PH: 92468 00011	PH: 92468 00022	PH: 92468 00033	PH: 90300 64224

సికింద్రాబాద్, కొత్తపేట, కూకట్‌పల్లి, గచ్చిబౌలి, హన్మకొండ, వైజాగ్, తిరుపతి, విజయవాడ, రాజమండ్రి, గుంటూరు, కర్నాటక, దుబాయి, లండన్, మాంచెస్టర్.

ఫర్టీ 9 సంతాన సాఫల్యత కేంద్రం (TEST TUBE BABY CENTER)

ఇంటర్నేషనల్ హిస్టరోస్కోపి సెంటర్(IHC)- ఫర్టీ 9 హాస్పిటల్‌లోడాక్టర్లకు మెలుకువలు, చికిత్సవిధానంపై హిస్టరోస్కోపి స్కిల్ బిల్డింగ్ కోర్స్ (HSBC)ని విజయవంతంగా నిర్వహించింది. ప్రో॥ ఒసామా షాకీ (Heager Germany) గారు సర్టిఫికేట్ ప్రధానంచేసారు. ఈ సందర్భంగా ఫర్టీ9 హాస్పిటల్‌లో... ఉచిత డాక్టర్‌కన్సల్టేషన్ మరియు టెస్టులపై రాయితికై సంప్రదించండి...



ప్రో॥ ఒసామా షాకీ గారు HSBC లోగో ఆవిష్కరించారు

PH: 7416 106 106



ఫర్టీ9 హాస్పిటల్ మరియు పరిశోధన కేంద్రం

మీ ఆశ, మీ స్వప్నం ఫలిస్తుంది ఫలప్రదంగా...

www.ferty9.com

IUI
IVF
IMSI
ICSI
HSG

PH: 92468 000 44 సికింద్రాబాద్ । కూకట్‌పల్లి । మదాపూర్ । సంతోష్‌నగర్ । వరంగల్

www.mohanpublications.com

మోహన్ పబ్లికేషన్స్‌లో లభించు

పుస్తకముల పట్టిక

(Book List)

ఆధ్యాత్మిక, జ్యోతిష, వాస్తు, ఆయుర్వేద, మంత్రశాస్త్రాది
అనేక విషయాలు తెలుసుకోండి...

ఫేస్‌బుక్ **మోహన్ పబ్లికేషన్స్** పేజ్ లైక్ చేయండి.

Like us to follow :



MOHAN PUBLICATIONS

Rajamahendravaram



0883 - 246 2565
903 246 2565

MOHAN PUBLICATIONS

మోహన్ పబ్లికేషన్స్

అజంతా హోటల్ ఎదుట, కోటగుమ్మం, రాజమహేంద్రవరం - 533101.

WWW.MOHANPUBLICATIONS.COM

మావద్ద లభించు గ్రంథములు

1. వ్రతకథలు - పూజలు

1.	శ్రీ వినాయక వ్రతం	వెల రూ.10-00
2.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజా-పుణ్యాహవాచనం	30-00
3.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజ (కాణిపాకక్షేత్రమాహాత్మ్యంతో)	10-00
4.	సంకష్టహరచతుర్థి శ్రీమహాగణపతి వ్రతం	30-00
5.	వరలక్ష్మీ వ్రతం	10-00
6.	కేదారేశ్వర వ్రతం	10-00
7.	త్రినాధ వ్రతం(కలర్)	10-00
8.	త్రినాధవ్రతం(సాదా)	5-00
9.	క్షీరాబ్ధి వ్రతం	12-00
10.	మంగళ గౌరీవ్రతం	10-00
11.	వైభవలక్ష్మీ వ్రతం ఫోటో యంత్రంతో	25-00
12.	శ్రీలక్ష్మీ కుబేర వ్రతం (ఫోటో యంత్రంతో)	25-00
13.	కనకమహాలక్ష్మీ వ్రతం (కామేశ్వరీపాటతో)	25-00
14.	సంతోషీమాతా వ్రతం	25-00
15.	ఏడు శనివారాల వ్రతం	25-00
16.	సత్యనారాయణవ్రతం	25-00
17.	శ్రీ సువర్చలాహనుమద్దీక్ష	30-00
18.	శివదీక్ష	10-00
19.	కాత్యాయనీ వ్రతం	20-00
20.	సౌభాగ్య గౌరీవ్రతం	20-00
21.	తిరుప్పావై (ధనుర్మాసవ్రతం)	36-00
22.	స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
23.	స్త్రీలవ్రతకథలుస్థూలాక్షరి (నేదునూరిగంగాధరరావుగారి)	54-00
24.	పెళ్ళి పాటలు - స్త్రీలపాటలు (కామేశ్వరిపాటతో)	36-00
25.	సర్వదేవతా పూజావిధానం	25-00
26.	ఆరువ్రతాలు	30-00
27.	రాహుకాలంలోదుర్గాదేవీపూజా	10-00

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

28.	తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు	10-00
29.	శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్	36-00
30.	శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)	36-00
31.	లక్ష్మీ - గౌరీ నిత్యపూజ	10-00
32.	శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	10-00
33.	శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	10-00
34.	కాలభైరవ నిత్యపూజ	10-00
35.	శివపూజ	10-00
36.	వీరభద్ర పూజ	10-00
37.	ఆంజనేయ నిత్యపూజ	10-00
38.	నాగేంద్ర స్వామి పూజ	10-00
39.	సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	10-00
40.	రామదేవుని కథ	10-00
41.	శివదేవుని కథ	10-00
42.	లక్ష్మీనరసింహపూజ	10-00
43.	వేంకటేశ్వరపూజ	10-00
44.	బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	10-00
45.	సూర్య నిత్యపూజ	10-00
46.	నవగ్రహ నిత్యపూజ	10-00
47.	రుక్మిణీ కల్యాణం	25-00
48.	ఉమామహేశ్వర వ్రతం	36-00
49.	శ్రీ కామేశ్వరీ వ్రతం	36-00
50.	16 సోమవారముల వ్రతము	25-00
51.	పార్వతీకల్యాణం	25-00
52.	సహస్రకమలవర్తి వ్రతము	25-00
53.	పంచముఖ ఆంజనేయ పూజావిధానము	36-00
54.	అష్టనాగపూజ	36-00
55.	పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	36-00
56.	ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	36-00
57.	ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	36-00
58.	ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	36-00
59.	ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	36-00
60.	హనుమద్ వ్రతం	36-00
61.	పంచాయతన పూజ	63-00
62.	28 వ్రతములు	120-00

63.	కలశపూజలు (9ఒకేసారి)	150-00
64.	కలశపూజలు (విడివిడిగా) (ప్రింటులో)	....
65.	హ్రీంకార మహాయజ్ఞం (ప్రింటులో)	....
66.	గోమాత	40-00

2. స్తోత్రాలు-సుప్రభాతములు సహస్రనామములు

1.	శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం	45-00
2.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,,	50-00
3.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,,	50-00
4.	స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్)	99-00
5.	లలితావిష్ణు (కేస్ బైండ్) 1/8 డెమ్మి	63-00
6.	స్థూలాక్షరీ లలితావిష్ణు (క్రౌన్‌సైజు)కేస్‌బైండ్	108-00
7.	సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి	120-00
8.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63)	24-00
9.	విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	25-00
10.	లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	36-00
11.	లలితా సహస్రనామములు	24-00
12.	లక్ష్మీ సహస్రనామములు	24-00
13.	దుర్గా సహస్రనామములు	24-00
14.	ఆంజనేయ సహస్రనామములు	24-00
15.	శివ సహస్రనామములు	24-00
16.	విష్ణు సహస్రనామములు	24-00
17.	గణపతి సహస్రనామములు	24-00
18.	సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు	24-00
19.	గాయత్రి సహస్రనామములు	24-00
20.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	24-00
21.	శ్రీరామా సహస్రనామములు	24-00
22.	సరస్వతి సహస్రనామములు	24-00
23.	సూర్యసహస్రనామములు & ఆదిత్యహృదయం	24-00
24.	శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు	24-00
25.	మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది)	24-00
26.	సంధ్యావందనం	24-00
27.	మంత్రపుష్పమ్	....
28.	త్రిభాషా హనుమాన్‌చాలీసా	15-00
29.	హనుమాన్ చాలీసా	10-00

30.	మణిద్వీపవర్ణన (పాకెట్)	10-00
31.	ఆరు చాలీసాలు	10-00
32.	శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	10-00
33.	వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	10-00
34.	ఆరుదండకాలు	5-00
35.	వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5-00
36.	అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	10-00
37.	దేవీఖడ్గమాలాస్తోత్రమ్ (మహిషాసురమర్దనీస్తోత్రంతో)	10-00
38.	సుందరకాండ (పాకెట్)	10-00
39.	భగవద్గీత మూలం	27-00
40.	రామరక్షాస్తోత్రమ్	15-00
41.	స్తోత్ర రత్నావళి	36-00
42.	పురాణపండ లలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
43.	పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
44.	పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	10-00
45.	పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	10-00
46.	మంత్రపుష్పం (మినీ)	10-00
47.	శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	36-00
48.	కుజదోషం	10-00
49.	కాలసర్ప దోషం	10-00
50.	మీ అప్పులు తీరాలా?	10-00
51.	దృష్టిదోషాలు నివారణ	10-00
52.	పంచసూక్తములు	10-00
53.	సంధ్యావందనం	10-00
54.	రుద్రనమకమ్-చమకమ్	10-00
55.	గాయత్రీమంత్రాలు	10-00
56.	హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	10-00
57.	దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	10-00
58.	ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు - పంచారామాలతో	10-00
59.	శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	10-00
60.	నవగ్రహస్తోత్రమాల	36-00
61.	మహాన్యాసమ్	36-00
62.	సుందరకాండ గానామృతం	36-00
63.	గోమాతపూజావిధానము	10-00
64.	ఆనందసిద్ధి - 1 శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108-00

65.	ఆనందసిద్ధి - 2 ఏ సమస్యకు ఏ స్తోత్రమ్ పారాయణచేయాలి	108-00
66.	ఆనందసిద్ధి-3 మానసదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
67.	శ్రీ కాలభైరవ రక్షా కవచమ్	63-00
68.	అర్చన	40-00
69.	నిత్యదేవతార్చన	40-00
70.	సర్వదేవతా స్తోత్ర నిధి	99-00
71.	శ్రీచక్ర నవవరణార్చన	63-00
72.	చండీ సప్తశతి పారాయణ క్రమం	99-00
73.	శ్రీదేవి స్తోత్ర రత్నావళి 32 దేవి స్తోత్రాలకు తాత్పర్యంతో	99-00
74.	వనదుర్గా మంత్రానుష్ఠాన క్రమమ్	63-00
75.	శ్రీ కాలభైరవ వ్రతము	63-00

3. శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

1.	శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	120-00
2.	సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	120-00
3.	శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డివైభవం	120-00
4.	శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
5.	శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
6.	నవనాథ చరిత్ర	99-00
7.	శ్రీసాయిచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
8.	శ్రీగురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
9.	సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయపూజాకల్పం,సహస్రంతో	30-00
10.	అనఘాదేవీ వ్రతం	30-00
11.	భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	30-00
12.	శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	25-00
13.	శ్రీ సాయిభజనమాల	20-00
14.	శ్రీ సాయి భజన్స్	20-00
15.	శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	20-00
16.	శిరిడిహారతులు (భావంతో)	20-00
17.	"శ్రీసాయి"కోటి	27-00
18.	"శ్రీసాయిరామ్"కోటి	20-00
19.	శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	10-00
20.	శ్రీ సాయివేయినామాలు	8-00
21.	శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	15-00
22.	శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	10-00
23.	హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	15-00

24.	శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	63-00
25.	ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	15-00
26.	షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	99-00
27.	సాయిసత్యవ్రతం	30-00
28.	సాయి అనుగ్రహమ్	120-00
29.	నవగురువారాల వ్రతకల్పము	15-00
30.	శ్రీదత్తలీలామృతము	99-00
31.	హృదయంలో సాయి	15-00
32.	శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్ఛరిత్ర)	120-00
33.	గజాననమహరాజ్ చరిత్ర	99-00

4. జ్యోతిషాలు

1.	'కాలచక్రం' గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	72-00
2.	గ్రహభూమి పంచాంగము (గార్గేయ)	108.00
3.	ఆనందసిద్ధి పంచాంగం (వై.వి.శాస్త్రి)	63.00
4.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు (12రాశులువారికి)	50.00
5.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	12.00
6.	కాలచక్రంజ్యోతిషక్యాలండర్	25.00
7.	గ్రహబలం క్యాలండర్ (శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	25.00
8.	శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	25.00
9.	సాదా క్యాలండర్	5.00
10.	పాకెట్ క్యాలండర్	15.00
11.	తాజకనీలకంఠీయమ్	100-00
12.	కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	180-00
13.	జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	180-00
14.	మానసాగరి జాతకపద్ధతి	180-00
15.	వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	180-00
16.	వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	99-00
17.	సింపుల్ రెమిడీస్	180-00
18.	శంభు హోరప్రకాశిక	250-00
19.	పూర్వ పరాశరి	100-00
20.	పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	200-00
21.	ప్రశ్న సింధు	99-00
22.	నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	63-00
23.	సూర్యసిద్ధాంతపంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	180-00
24.	దృక్సిద్ధాంతపంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	180-00

25. ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	63-00
26. జాతక గణిత ప్రవేశిక	63-00
27. జ్యోతిషమర్మబోధిని	63-00
28. జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	63-00
29. ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	63-00
30. జాతక మకరందం	63-00
31. జ్యోతిష సరస్వతి	63-00
32. మీజననకాల విశేషాలు	63-00
33. ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	63-00
34. జ్యోతిష స్వయంబోధిని	63-00
35. శుభముహూర్త శిరోమణి	63-00
36. నక్షత్ర ఫలమంజరి	36-00
37. పంచాంగం చూసే విధానం	36-00
38. సర్వార్థ జ్యోతిషం	36-00
39. ప్రాథమిక జ్యోతిషం	36-00
40. నవరత్నములు శుభయోగములు	36-00
41. శుభశకునాలు	30-00
42. హస్తరేఖాఫలితాలు	36-00
43. సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	36-00
44. ముహూర్త దీపిక	99-00
45. పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	30-00
46. కలలు ఫలితాలు	30-00
47. జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	36-00
48. మానసాగరి (ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250-00
49. జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	120-00
50. గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం (1940-2050)	999-00
51. ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	63-00
52. ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250-00
53. జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	120-00
54. అంగసాముద్రికం	36-00
55. హస్త సాముద్రికం	63-00
56. లాల్ కితాబ్	99-00
57. శకునశాస్త్రం	63-00
58. ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	120-00
59. పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	180-00

60.	అష్టకవర్గు (కొండపల్లి)	63-00
61.	బృహత్‌జాతకం (ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	250-00
62.	లగ్నరత్నాకరం	63-00
63.	షట్పంచాశిక	120-00
64.	40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	270-00
65.	40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	180-00
66.	40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	180-00
67.	40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	270-00
68.	40 రోజుల్లో వైద్యజ్యోతిషం నేర్చుకోండి	250-00
69.	మీ పుట్టినతేదీ అద్భుతరహస్యాలు (సాయిగణపతిరెడ్డి)	270-00
70.	కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	63-00
71.	ముహూర్తచింతామణి	99-00
72.	సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	63-00
73.	ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	180-00
74.	అదృష్టరెమెడీస్	144-00
75.	గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	63-00
76.	జ్యోతిష రెమిడీస్	300-00
77.	జాతకమార్తాండం పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
78.	జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
79.	నాడీజ్యోతిషం	63-00
80.	నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
81.	లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
82.	గౌతమసంహిత	63-00
83.	హోరరత్నమాల	63-00
84.	జాతకఫల మణిమంజరి	200-00
85.	పుష్కర పంచాంగం (2013-14నుండి 2024-25)	560-00
86.	దశాభుక్తిఫల నిర్ణయం	250-00
87.	వింత జోష్యములు	63-00
88.	షోడశవర్గులు	200-00
89.	రవిగ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
90.	చంద్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
91.	కుజ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
92.	బుధ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
93.	గురు గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
94.	శుక్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00

95. శని గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
96. రాహు & కేతు గ్రహముల సమస్త ప్రభావములు	99-00
97. ఆధునిక గ్రహములు-ఉపగ్రహములు సమస్త ప్రభావములు	99-00
98. ముహూర్తమార్తాండం	63-00
99. లఘుజాతకం	63-00
100. జాతకాలంకారము	63-00
101. మేషలగ్న ఫలితములు	99-00
102. వృషభ లగ్న ఫలితములు	99-00
103. మిధున లగ్న ఫలితములు	99-00
104. కర్కాటక లగ్న ఫలితములు	99-00
105. సింహలగ్న ఫలితములు	99-00
106. కన్యలగ్న ఫలితములు	99-00
107. తుల లగ్న ఫలితములు	99-00
108. వృశ్చిక లగ్న ఫలితములు	99-00
109. ధనుస్సు లగ్న ఫలితములు	99-00
110. మకర లగ్న ఫలితములు	99-00
111. కుంభ లగ్న ఫలితములు	99-00
112. మీన లగ్న ఫలితములు	99-00
113. నారద సంహిత	200-00
114. పంచాంగపీఠికలేఖికాగణితం	250-00
115. తారాబలం - చంద్రబలం (వేరే కొండప్ప)	99-00
116. సులభలగ్న సాధన (చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	200-00
117. రాహు కేతువుల యోగము	99-00
118. ఛాయాగ్రహములు	99-00
119. జ్యోతిషవిజ్ఞాన దీపిక	63-00

బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు

120. జ్యోతిష విద్యారంభం	50-00
121 గ్రహభావ బలములు	50-00
122. కాలచక్రదశ	50-00
123. అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50-00
124. జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50-00
125. పురోగామి జాతకం	50-00
126. భావార్థరత్నాకరం	75-00
127. భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75-00
128. అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75-00

129. జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75-00
130. ప్రశ్నతంత్ర	75-00
131. ముహూర్తం	75-00
132. విశిష్ట జాతకములు	125-00
133. భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125-00
134. 300 ముఖ్యమైన యోగములు	125-00
135. జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	300-00

రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి
శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు

136. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	200-00
137. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200-00
138. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200-00
139. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200-00
140. భావార్థరత్నాకరము	100-00
141. ముహూర్త చింతామణి	100-00
142. ముహుర్త చింతామణి-పార్టు2	200-00
143. స్వప్న శాస్త్రము	36-00
144. శతయోగమంజరి	50-00
145. వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250-00
146. దైవజ్ఞవల్లభం	75-00
147. వసంతరాజశకునమ్ (బృహత్శకునశాస్త్రం)	250-00
148. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	100-00
149. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	200-00
150. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	100-00
151. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	200-00
152. అనుభవసులభవాస్తు - 1	50-00
153. అనుభవసులభవాస్తు - 2	100-00
154. పంచాంగ వివేకము	99-00
155. వశిష్ఠ సంహిత	360-00
156. పంచపక్షి శాస్త్రం (కేస్బైండ్)	200-00

5. వాస్తులు

1. 40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180-00
2. వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు	200-00
3. వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	63-00
4. మీరూ మీ వాస్తు	63-00

5.	గృహవాస్తు చిట్కాలు	63-00
6.	వాస్తు పూజ	63-00
7.	వాస్తు సూత్రములు	63-00
8.	వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	63-00
9.	గృహవాస్తు వర్గులు	99-00
10.	విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	63-00
11.	విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రరీత్యా మీఇండ్లఆయములు	99-00
12.	విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	180-00
13.	ఆధునిక గృహవాస్తు	99-00
14.	శుభవాస్తు	270-00
15.	వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	120-00
16.	వాస్తుశాస్త్రం	120-00
17.	హౌస్ ప్లాన్స్	63-00
18.	గృహనిర్మాణ వాస్తు	63-00
19.	వాస్తు రెమెడీస్	63-00
20.	గృహవాస్తు దర్పణం	63-00
21.	జ్యోతిష-గృహవాస్తుచంద్రిక	200-00
22.	వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	63-00
23.	వాస్తుశిరోమణి ,,	120-00
24.	వాస్తుసంగ్రహమ్ ,,	63-00
25.	పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	120-00
26.	వాస్తుడిండిమమ్ ,,	63-00
27.	వాస్తుదుందిభి ,,	120-00
28.	విశ్వకర్మవాస్తుప్రకాశిక (కేస్‌బైండ్)	250-00
29.	కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	63-00
30.	జలవాస్తు,శల్యవాస్తు (దంతూరిపండరీనాథ్)	99-00
31.	మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120-00
32.	వాస్తు జ్యోతి	63-00
33.	మన ఇల్లు-మనవాస్తు	99-00
34.	వాస్తవ వాస్తుపూజావిధానము	108-00
35.	వాస్తు దర్పణం	120-00

6. మంత్రశాస్త్రాలు

1.	మంత్రసాధన	63-00
2.	తంత్రజాలం	63-00
3.	మంత్రశక్తి	63-00

4.	దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	63-00
5.	దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	63-00
6.	తాంత్రిక పంచాంగం	63-00
7.	యక్షిణీ తంత్రం	63-00
8.	మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	63-00
9.	సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	63-00
10.	మంత్రాక్షరాలరహస్యం (బీజాక్షరనిఘంటువు)	63-00
11.	సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	63-00
12.	సదాచార దీపిక	63-00
13.	యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	63-00
14.	ప్రపంచసారతంత్రం	63-00
15.	బదనిక తంత్రమ్	63-00
16.	ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	63-00
17.	గుప్త సాధన తంత్రం	63-00
18.	గంధర్వ తంత్రమ్	63-00
19.	సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	63-00
20.	యంత్ర మంత్ర తంత్ర	63-00
21.	పాశుపత తంత్రం	99-00
22.	పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	99-00
23.	రుద్రాష్టాధ్యాయః	99-00
24.	మంత్రసిద్ధి	120-00
25.	పరశురామతంత్రమ్	108-00
26.	శ్రీలలితావిలోమ పంచదశీ	108-00
27.	శ్రీ గురు తంత్రం	108-00
28.	గాయత్రీ తంత్రమ్	108-00
29.	మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150-00
30.	శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200-00
31.	మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	200-00
32.	సర్ప (నాగ)తంత్రం	250-00
33.	హవన తంత్రం	250-00
34.	షోడశనిత్యతంత్రం	250-00
35.	శాక్తేయతంత్రం	250-00
36.	రుద్రయామళతంత్రం	250-00
37.	లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
38.	హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250-00

39.	మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
40.	శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
41.	స్వర్ణాకర్షణభైరవతంత్రం	250-00
42.	కాశీవిశాలాక్షి తంత్రం	250-00
43.	శాంతితంత్రమ్	250-00
44.	యంత్రసిద్ధి	360-00
45.	శ్రీ లక్ష్మీతంత్రమ్	360-00
46.	మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
47.	మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
48.	మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	360-00
49.	ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360-00
50.	కామధేనువు తంత్రం	360-00
51.	శూలినీదుర్గాతంత్రం	360-00
52.	శ్రీవిద్య రహస్యం	290-00
53.	కులార్ణవ తంత్రమ్	150-00
54.	ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం (ఒరిజనల్)	390-00
55.	సిద్ధమూలిక రహస్యం (మంత్ర,యంత్రసహితం)	63-00

7. గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

1.	భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	54-00
2.	భగవద్గీత (వచనం)	99-00
3.	భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యం-కేసుబైండింగ్	72-00
2.	గణేశ ఆరాధన 1	99-00
3.	గణేశోపాసన 2	99-00
4.	నవగ్రహవైభవం	99-00
5.	నవగ్రహ రెమెడీస్	99-00
6.	నవగ్రహ వేదం	99-00
7.	శనిగ్రహారాధన	99-00
8.	ఆదిత్యారాధన	99-00
9.	సుబ్రహ్మణ్యారాధన	99-00
10.	శ్రీ శివ ఆరాధన	99-00
11.	లక్ష్మీ ఆరాధన	99-00
12.	హనుమదారాధన	99-00
13.	లలితారాధన	99-00
14.	శ్రీ చక్రారాధన	99-00
15.	గాయత్రీ ఆరాధన	99-00

16.	వీరభద్రారాధన	99-00
17.	కుజగ్రహారాధన	99-00
18.	భైరవారాధన	99-00
19.	దైవారాధన	99-00
20.	గీతారాధన (భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యసహిత)	99-00
21.	శ్రీవేంకటేశ్వరాధన	99-00
22.	హయగ్రీవారాధన	99-00
23.	లక్ష్మీనరసింహారాధన	99-00
24.	శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ స్తోత్ర కదంబం	99-00
25.	దేవీ లీలామృతం	99-00
26.	పురాణపండ సుందరకాండ వచనం	99-00
27.	పురాణపండ రామాయణం	99-00
28.	పురాణపండ భారతం	99-00
29.	పురాణపండ భాగవతం	99-00
30.	(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	99-00
31.	కాలసర్ప యోగం	99-00
32.	నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	99-00
33.	నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	99-00
34.	వేదసూక్తములు	99-00
35.	వేమన పద్యసారామృతం	99-00
36.	పండగలు పర్వదినాలు	99-00
37.	సూక్తిరత్నాలు	99-00
38.	హనుమచ్చరిత్ర	99-00
39.	నవగ్రహ దర్శనమ్	99-00
40.	నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	99-00
41.	సాలగ్రామములు	99-00
42.	గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	99-00
43.	శనిగ్రహరెమిడీస్	99-00
44.	జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	99-00
45.	వివాహజ్యోతిషమంజరి-మ్యారేజ్‌మ్యాచింగ్‌గైడ్ (సాయిగణపతిరెడ్డి)	99-00
46.	మీపుట్టినతేదీనిబట్టి మీజీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్) ,,	99-00
47.	మీఅదృష్టానికి (పేరు) నేమ్‌కరక్షన్ ,,	99-00
48.	న్యూమరాలజీ రెమిడీస్	99-00
49.	మూకపంచశతీ	99-00
50.	శ్రీరామకర్ణామృతం	99-00

51.	రహస్యకుక్కుటశాస్త్రం	300-00
52.	ఉపాసన విధానం	99-00
53.	పంచమవేదం మహాభారతం	99-00
54.	దేవుళ్ళ డాట్ కామ్	99-00
55.	గణపతిభాష్యం	99-00
56.	యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి	99-00
57.	నవయోగులు	99-00
58.	ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు	99-00
59.	సకలదేవతాఅష్టోత్తరాలు(పెద్దది)-(180అష్టోత్తరశతనామావళులతో)	99-00
60.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళులు (కేస్‌బైండింగ్)	216-00
61.	సకలదేవతా సహస్రనామములు	99-00
62.	ఆధ్యాత్మిక సూక్తి నిధి	99-00
63.	బ్రాహ్మణులు గోత్రాలు,ప్రవరలు	99-00
64.	సర్వదేవతాస్వరూపుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు	99-00
65.	శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి	99-00
66.	శ్రీలక్ష్మీగణపతి హోమకల్పం	99-00
67.	మార్షల్‌ఆర్ట్స్ (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)	99-00
68.	మ్యాజిక్‌గైడ్	99-00
69.	చదరంగం	99-00
70.	పంచముఖ హనుమత్ వైభవం	63-00
71.	గరుడపురాణం	40-00
72.	మాఘపురాణం	36-00
73.	శివపురాణం	36-00
74.	వైశాఖపురాణం	36-00
75.	కార్తీక పురాణం	36-00
76.	కార్తీక పురాణం (చిన్నది)	25-00
77.	సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ	63-00
78.	పెద్దబాలశిక్ష	50-00
79.	గాయత్రీ మహిమ	36-00
80.	వృక్షదేవతలు	63-00
81.	యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక	200-00
82.	సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్	150-00
83.	చతుర్వేదములు	120-00
84.	నవగ్రహారాధన	120-00
85.	తాళపత్ర సమాహార గోపురం	120-00
86.	మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...) (కేస్‌బైండు)	250-00

87.	మానవధర్మములు		120-00
88.	వేదమంత్ర సంహిత		120-00
89.	సహస్రలింగార్చన		120-00
90.	శ్రీ శివగీత		120-00
91.	ద్వాదశఉపనిషత్తులు		120-00
92.	పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి	(కేస్‌బైండ్)	250-00
	(శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	సాదా	120-00
93.	బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము		200-00
94.	బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
95.	బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
96.	కేదారనాధ్ బదరీనాధ్ యాత్రాగైడు		63-00
97.	దక్షిణావృత శంఖములు		63-00
98.	108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శని		36-00
99.	ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)		270-00
100.	భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని		99-00
101.	చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర		36-00
102.	భగవత్‌స్తుతి		63-00
103.	సూర్యోపాసన		36-00
104.	కాశీఖండం		250-00
105.	దేవీభాగవతం		360-00
106.	శ్రీ ఆంజనేయం		216-00
107.	ధర్మసందేహాలు		216-00
108.	ఆధ్యాత్మిక దైవిక వస్తువులు		250-00
109.	రామాయణం		600-00
110.	పోతన భాగవతం		900-00
111.	శివమంత్రములు		63-00

8. వైద్య గ్రంథాలు

1.	ఆహారం ఆరోగ్యం	36-00
2.	మూలికావైద్య చిట్కాలు	36-00
3.	ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	30-00
4.	గృహవైద్య రహస్యాలు	36-00
5.	గృహవైద్యసారం	36-00
6.	హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	63-00
7.	ప్రకృతివైద్యం	36-00
8.	ఆహారం-వైద్యం	99-00

9.	సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	99-00
10.	ఆయుర్వేదమ్	36-00
11.	ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	99-00
12.	దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు (వాడకం - ఉపయోగాలు)	99-00
13.	ఏకమూలికావైద్యం	99-00
14.	అష్టాంగ హృదయం (4భాగాలు)	1200-00
15.	రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	99-00
16.	ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	99-00
17.	ఒబెసిటి	99-00
18.	హెల్త్‌గైడ్	99-00
19.	ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	99-00
20.	ఫుడ్‌థెరపి	63-00
21.	న్యాచురల్‌థెరపి	99-00
22.	సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	63-00
23.	కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	99-00
24.	యోగామంత్ర	63-00
25.	యోగా మండే టు సండే	63-00
26.	హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	99-00
27.	హెల్త్‌ఫైల్	108-00
28.	వస్తుగుణపాఠం	250-00
29.	రసాయన వాజీకరణ తంత్రం	150-00
30.	వస్తుగుణ మకరందం	400-00
31.	నాటువైద్యం -(కేస్‌బైండ్)	360-00
32.	నాటువైద్యం (చిన్నది)	99-00
33.	ప్రాణాయామము-యోగ	63-00

9. అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

1.	శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	30-00
2.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	63-00
3.	శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	20-00
4.	శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	20-00
5.	హారతిగైకొనుమా	40-00
6.	శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	10-00
7.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	10-00
8.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	10-00

9.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	10-00
10.	భవానీదీక్ష (శ్రీ భవానీ లీలామృతం)	36-00
11.	దేవీలీలామృతం	99-00
12.	శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	20-00
13.	దేవీ భక్తిగీతాలు	20-00
14.	భవానీదీక్ష P	10-00
15.	దేవీ భక్తిమాల F	10-00
16.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	120-00
17.	అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	24-00

10. భజనలు - కీర్తనలు

1.	అన్నమయ్య కీర్తనలు	20-00
2.	శ్రీరామదాసు కీర్తనలు	20-00
3.	సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20-00
4.	వసుంధర మంగళ హారతులు	25-00
5.	సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	36-00
6.	సర్వదేవతా భజనలు	36-00
7.	చిట్టి పొట్టి పాటలు	10-00
8.	జాతీయ గీతాలు	10-00
9.	దేశభక్తి గీతాలు	36-00
10.	పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	36-00
11.	గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	36-00
12.	అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	99-00
13.	పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	36-00
14.	భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	36-00
15.	సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	36-00
16.	బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు	36-00
17.	అన్నమయ్య సంకీర్తనానిధి(1000కీర్తనలు)	270-00

11. హిట్స్ సాంగ్స్

1.	ఘంటసాల భక్తిగీతాలు-భగవద్గీత	36-00
2.	ఎస్.పి.బాలు భక్తిగీతాలు	36-00
3.	ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	99-00
4.	పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	99-00

5.	ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	99-00
6.	ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	99-00
7.	వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	99-00
8.	సర్వదేవతా సినీభక్తిగీతాలు	99-00

12. స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

1.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	63-00
2.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	63-00
3.	శాకాహార వంటలు	30-00
4.	మాంసాహారవంటలు	30-00
5.	చిట్టిచిట్కాలు	30-00
6.	అందానికి చిట్కాలు	30-00
7.	పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	30-00
8.	పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	10-00
9.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శాలీబోర్డర్స్	36-00
10.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	36-00
11.	చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	30-00
12.	పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	30-00
13.	పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	30-00
14.	వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	30-00
15.	బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	30-00
16.	పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	30-00
17.	మైక్రోవేవెన్ వంటలు	99-00
18.	సర్వదేవతాభక్తిమాల	36-00
19.	పిల్లలపేర్లు (బాబు)	36-00
20.	పిల్లలపేర్లు (పాప)	36-00
21.	మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	36-00
22.	మోడ్రన్ పిల్లలపేర్లు	99-00
23.	నోరూరించే నాన్‌వెజ్‌వంటలు	99-00
24.	మోడ్రన్ టైలరింగ్ (లేడీస్ & జంట్స్)	99-00

వివిధ రకాలు

ఎందరోమహానుభావులు	270-00
యోగాసనాలు	36-00
సూర్యనమస్కారములు	36-00
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	10-00

హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
జనరల్ నాలెడ్జ్	20-00
నూరు ఎక్కాలు	10-00
1-100 టేబుల్ బుక్	10-00
1-100 టేబుల్‌బుక్ (క్రౌన్‌సైజు)	4-50
శ్రీరామకోటి	27-00
శ్రీశివకోటి	27-00
మేజిక్	30-00
అంకెలతో గారడీ	30-00
హృదయస్పందన (కవితలు)	30-00
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	36-00
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	36-00
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	99-00
క్రియాయోగం	36-00
ఆనందంగా జీవిద్దాం	99-00
హరిశ్చంద్ర నాటకం	50-00
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	99-00
పంచసాయకం	99-00
రతిరహస్యాలు	99-00
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	99-00
చింతామణి (నాటకం)	50-00
బాలనాగమ్మ	50-00
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	50-00
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	36-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	99-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	63-00
రామరాయవాస్తుశాస్త్రం(ముద్రగడరామారావు)	90-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	10-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	80-00
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	125-00
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	40-00

కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు	63-00
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)	600-00
ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము-ఫలితజాతక సూత్రములు	595-00

ముదుండి విశ్వనాథరాజుగారి గ్రంథములు

విశ్వకర్మ ప్రకాశము		80-00
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన	,,	250-00
నారద సంహిత	,,	150-00
వాస్తురాజవల్లభము-మూలానువాదము	,,	60-00
మయమతము - వచనము	,,	80-00
బృహత్సంహిత - వచనము	,,	160-00
వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి		......
పురోహిత దర్పణి (గోరసవీరభద్రాచార్య)		....
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు	,,	....
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక	,,	....
మహాదశా పారిజాతం	,,	....
వాస్తు నారాయణీయం	,,	120-00
యోగావళీఖండం	,,	120-00
ముహూర్తసింధువు		150-00
సర్వార్థచంద్రిక (4భాగాలు)		1208-00
మీరే న్యూమరాలజిస్ట్ (దావూద్)		370-00
నిర్ణయసింధు (2భాగాలు)		590-00
సాయి...	,,	45-00
శ్రీ దుర్గానందలహరి	,,	200-00
ఆరతిసాయిబాబా	,,	11-00
ప్రతిష్ఠకల్పః(సాగి నరసింహమూర్తి)		500-00
తాజుద్దీన్‌బాబా సచ్చరిత్ర		100-00

సుమారు 100 సం॥రాలునాటి ప్రాచీన ప్రతులు తిరిగి ఈ క్రింది గ్రంథములు ప్రచురించబడినవి.

శ్రీరామ మంత్రానుష్ఠానము	300-00
శ్రీరామనవరాత్రోత్సవకల్పః	300-00
సీతారామ కథా సుధ అయోధ్యకాండ	200-00
సీతారామ కథా సుధ బాలకాండ	150-00
అరణ్యకాండ	100-00
శ్రాద్ధము ఎందుకు పెట్టాలి ? షోడశ సంస్కారములు	200-00
స్మార్త కాపర్ది కారికలు	200-00
నపుంసక సంజీవనము, వైద్య శిరోమణి	200-00
విషవైద్య చింతామణి	200-00

హేమాద్రి సూరిణా ప్రాయశ్చిత్తాధ్యాయః	300-00
సర్వమూలికా గుణరత్నాకరం	300-00
ఆపస్థంబీయ ధర్మసూత్రాలు	300-00
సర్వశాంతి దర్పణం - అపర ప్రయోగ దర్పణం	200-00
గణకరంజని	200-00
సంతాన దీపిక	200-00
తిథినిర్ణయ కాణ్డః	250-00
ముహూర్త దర్పణం	200-00
జ్యోతిష శాస్త్ర రత్నము (శ్రీపతిజాతక పద్ధతి)	250-00
లఘుతాచకము	200-00
శ్రీ వైఖనస పైతృమేదిక ప్రయోగః	300-00
స్మృతి రత్నాకరము (ధర్మశాస్త్రం)	400-00
జాతకామృతతసారం	300-00
జాతక బోధిని	300-00
సంగీత విద్యాదర్పణం	300-00
సంగీత సర్వార్థసారసంగ్రహం	300-00
ముహూర్త మార్తాండం(టీకతాత్పర్యం)	450-00
జాతకరహస్యం	200-00
రాజమార్తాండం	200-00
ఆయుర్దాయదీపిక	200-00
వైద్యామృతం	200-00
అనుపానమంజరీ	200-00
నవగ్రహశాంతి విధానం-ఉదకశాంతి విధిః	200-00
చికిత్సరత్నము	200-00
స్వరచింతామణి	200-00
ద్వాదశలోహ భస్మవిధానం	200-00
దైవజ్ఞయశో విభూషణం	200-00
అనుపాన రత్నకరము	200-00
కాలామృతము	250-00
దైవజ్ఞకర్ణామృతము	300-00
రసేంద్ర చింతామణి	300-00
రసరత్న సముచ్చయం	300-00
వస్తుగుణరత్నాకరము	300-00
హోరానుభవదర్పణము	360-00
విశ్వకర్మ ప్రకాశిక వాస్తుశాస్త్రము	250-00
స్త్రీజన కల్పవల్లి	450-00
సంగీత సర్వార్థ సంగ్రహం	300-00
సంగీత సుధాసంగ్రహము	250-00
అర్క ప్రకాశము	200-00
సంగీత మార్తాండము	200-00
సంగీత ప్రథమబోధిని	200-00

వైద్యకల్పతరువు	200-00
రసప్రదీపిక	250-00
గణకానందము	250-00
శ్రీ లలితాసహస్రనామావళిః-వివరణాత్మక భావంతో	200-00
నవచండీ వేదోక్త శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	200-00
శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన తత్త్వప్రకాశిక	360-00
సంగీతమార్తాండము	250-00
సారావళి	360-00
భేషజకల్పము	200-00
గురుశిష్య ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి	360-00
జాతకమణి	200-00
సర్వశకున ప్రకాశిక	200-00
యాజుష ప్రయోగ చంద్రిక	250-00
శిక్షావల్లీ-ఆనందవల్లీ-భృగువల్లీ	300-00
వసంతరాజ శకునము	250-00
తొట్టి వైద్యం	450-00
జ్యోతిష సిద్ధాంత సంగ్రహము (పంచాంగ గణితం)	300-00
సహస్ర యోగప్రకాశిక	300-00
శ్రీవిద్యారహస్యం	290-00
మహర్షుల చరిత్ర 1,3 300+300	
వేంకట సోమయాజీయం అను ధర్మశాస్త్రకాండము	250-00
శ్రీఆంజనేయం	216-00
రాశితుల్యవత్సర ఫలితం	200-00
నాడి జ్యోతిష విశ్లేషణ	400-00
రహస్యకుక్కుటశస్త్రం	300-00
స్త్రీ ధర్మరత్న బాండాగారము	200-00
శైవోత్సవరత్నాకరం	300-00
యాజుషప్రయోగ చిన్తామణి	300-00
సుస్వర ఋగ్వేద ప్రయోగదర్శిని	300-00
ఆయుర్వేద వైద్య సంగ్రహం	300-00
వశిష్ఠ సంహిత	360-00
హోమియోపతి గృహవైద్యం	200-00
వ్రతచూడామణి	300-00
వైశ్యధర్మప్రకాశిక	300-00
ఆలయ నిత్యార్చన పద్ధతి	200-00
స్మృతిముక్తాఫలం	300-00
ఆపస్థంబయల్లాజీయమ్	300-00
జ్యోతిషశాస్త్రసంగ్రహము	200-00
కర్మవిపాకాఖ్యయం	360-00
ముహూర్త రత్నావళి	250-00
సుదివిలోచనం	300-00
ఉత్తర కాలామృతం	200-00
సర్వవిషయ సర్వస్వసంగ్రహం	200-00

అరుదైన పాత పంచాంగములు, వ్రతకథలు,
పురాణములు,ఆరాధన గ్రంథములు,
సుప్రభాతములు,మహాత్మ్యములు, సహస్రనామములు,
పూజావిధానములు, స్తోత్రాలు, ప్రామాణిక గ్రంథములు,
కథలు, జ్యోతిష, వాస్తు, వైద్య, మంత్రశాస్త్రాది ఆధ్యాత్మిక
గ్రంథములకు

మోహన్ పబ్లికేషన్స్

ఆధ్యాత్మిక గ్రంథనిలయం

**కోటగుమ్మం, అజంతా హోటల్ ఎదుట,
రాజమహేంద్రవరం.**

www.mohanpublications.com

From : ☎ : 0883-246 25 65

MOHAN PUBLICATIONS

**Fort Gate, Opp : Ajanta Hotel
Rajahmundry-533 101 (a.p.)**

mohan
PUBLICATIONS
ఆధ్యాత్మిక గ్రంథనిలయం

ఉచిత Pdf బుక్స్ కై : - www.granthanidhi.blogspot.in



ఆధ్యాత్మిక, జ్యోతిష, వాస్తు, ఆయుర్వేద,
మంత్రశాస్త్రాది అనేక విషయాలు
తెలుసుకోండి... ఫేస్‌బుక్
MOHAN PUBLICATIONS
పేజ్ లైక్ చేయండి.

grantha nidhi
THE TREASURE OF PAGES
FIRSTEVER TELUGU FREE E-BOOKS
DOWNLOADING WEB PORTAL
www.granthanidhi.com

Kinige.com
మా ఇ-బుక్స్ కినిగె ద్వారా కొనుగోలు
చేసుకొన వచ్చును.

dailyhunt
మా ఇ-బుక్స్ డైలీహంట్ ద్వారా
అత్యధిక డిస్కౌంట్ ఆఫర్‌లో లభించును.